Machine Translated by Google

A. T. Hovannessian

Raw Eating

Finally, the cure of all diseases is discovered
Raw Veganism is the only treatment

There is no disease for Humans

The reasons of illnesses are: animal products consumption,
eating cooked stuffs, taking medicines and chemichals

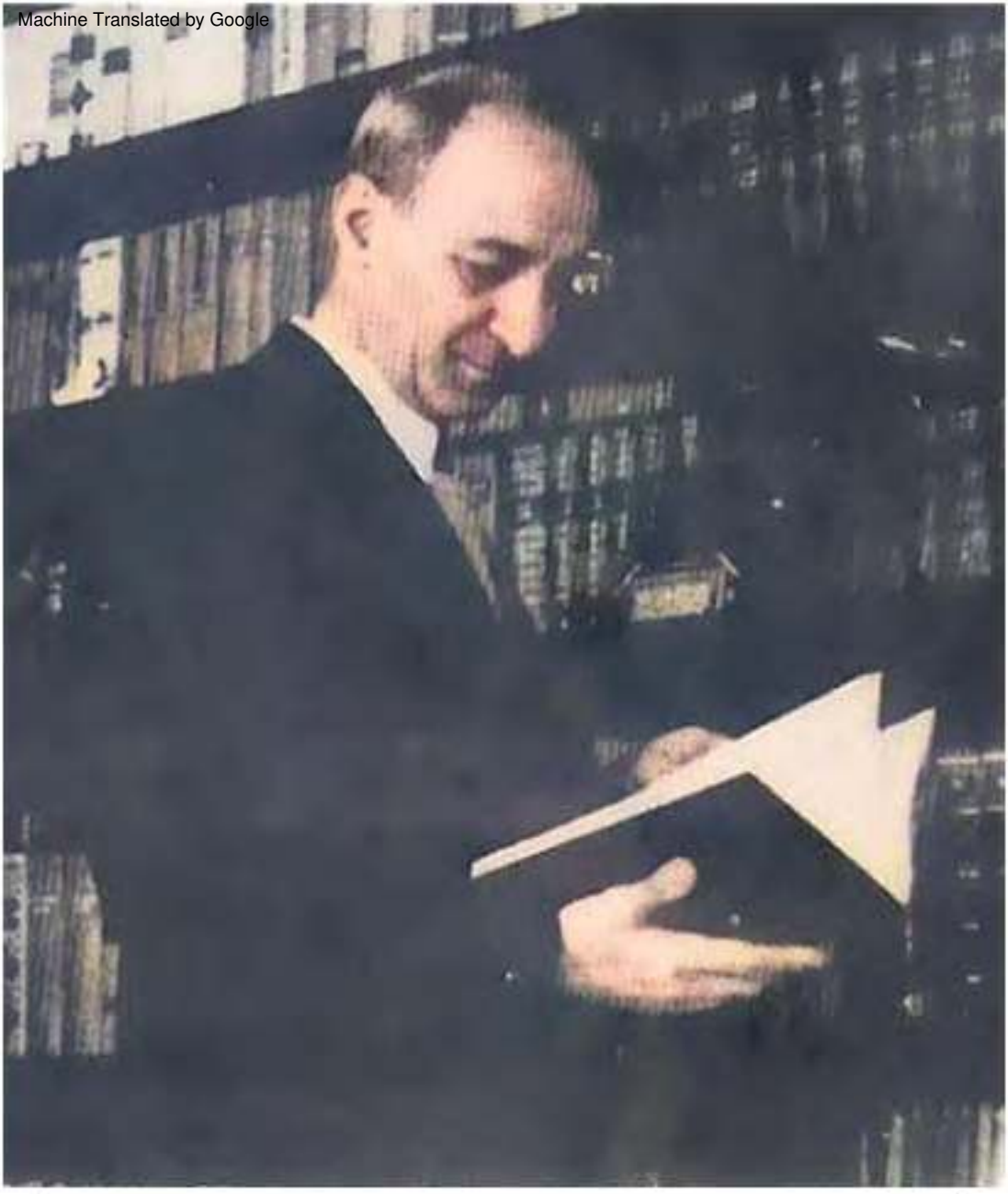
By "Raw-Eating", all simple or heavy sicknesses will be cured

There is no food shortage, even there is a groceration,
Raw vegetables & fruits are the only real foods

Carnage and animal eating
turns people into senseless brutal beasts

Tehran

Machine Translated by Google



Arszawir Ter Hovannessian, autor tej książki, który umierał pod presją na różne choroby 19 lat temu, teraz dzięki surowemu weganizmowi został całkowicie uwolniony od wszystkich kłopotów i w wieku 75 lat jest całkowicie zdrowy i ma siły młodego człowieka. Jego codzienną działalnością jest pokazywanie ludziom, że wszystkie choroby i inne nieszczęścia tego świata są spowodowane spożyciem gotowanej (zabitej) żywności oraz środków chemicznych i innych martwych substancji.

Machine Translated by Google

ARSZAWIR TER-HOVANNESSIAN (ATERHOV)

SUROWE JEDZENIE

Nowy świat wolny od chorób, wad i trucizn

Zamawiaj i rozprzestrzeniaj SUROWE jedzenie

ROZPOZNAWANIE SUROWEGO JEDZENIA JEST NAJSZLACHETNIEJSZE I

NAJBARDZIEJ LUDZKA PRACA NA TYM ŚWIECIE

Wersja: trzecie wydanie angielskie, poprawione + wydanie perskie (1976) i
Perska książeczka zatytułowana „Gotowane jedzenie, śmiertelne uzależnienie” (1980)
przetłumaczona na język angielski

Machine Translated by Google

Zawartość

PRZEDMOWA do WYDANIA 2.....1

CZĘŚĆ PIERWSZA

Jak wpadłem na pomysł jedzenia na surowo.....2

Efektywne działanie każdej fabryki uzależnione jest od jednolitych dostaw wszystkich surowców określonych przez Inżyniera.....4

Bezpośrednie i pośrednie choroby żywieniowe.....5

Komórka nowotworowa jest bezpośrednim potomkiem zdegenerowanej żywności.....,,,..7

Uzależnienie od gotowanej żywności jest najniebezpieczniejszą ze wszystkich wad.....9

Popyt na gotowaną żywność to nie głód 11

Jedzenie gotowane zmusza ludzkie narządy do pracy trzy do czterech razy w stosunku do ich normalnej wydajności.....11

Pożywienie człowieka powinno składać się z żywych komórek, a nie zwłok.....14

Krótkowzroczność jest największą wadą nauk medycznych.....15

Ciężar osoby jedzącej gotowane potrawy nie może być uważany za kryterium dobrego zdrowia.16

Żadne lekarstwo nie zastąpi surowców zniszczonych w ogniu.....18

Jedzenie gotowanych potraw i terapia lekami prowadzą ludzkość do całkowitej zagłady.....22

Lekarze nie mogą wykorzystywać naturalnych środków spożywczych jako jedynie tymczasowego środka terapeutycznego.....23

Nie wolno nam nigdy zakłócać integralności surowców ludzkich.....26

Machine Translated by Google

Jak rodzą się choroby.....31

Najgorszą zbrodnią jest przyzwyczajanie dziecka do gotowanych potraw.....38

Biolodzy zajmujący się żołądkiem muszą udowodnić, że natura popełniła błąd.....42

Dziecko nie cierpi smaku gotowanych potraw.....43

Praktyka surowego jedzenia w mojej rodzinie.....45

Wszystkie złe nawyki i zbrodnicze czyny człowieka są wynikiem gotowanego jedzenia.....48

Koncepcja diety powinna ograniczać się do zastąpienia nienaturalnego odżywiania naturalnym sposobem żywienia.....48

Należy zaprzestać stosowania sztucznych witamin i minerałów.....50

Porównanie zdrowia dzieci spożywających surową i gotowaną żywność jest najlepszym sposobem potwierdzenia szkód wyrządzonych przez jedzenie gotowanej żywności.....55

Instytucje naukowe i odpowiedzialne organy państwowe muszą bez dalszej zwłoki zbadać problem surowego jedzenia.....56

Mówienie prawdy nie jest grzechem.....57

Nie ma bariery prawnej uniemożliwiającej niszczenie surowców przeznaczonych dla fabryki ludzkiej.....58

Surowe jedzenie zapewnia ogromne korzyści w gospodarce publicznej.....59

Każdy musi rozpoznać prawdziwe i międzygralne surowce swego ciała... 60

Wiek jedzenia na ciepło to wiek, w którym dominują uzależnienia, przesądy i mikroby.....63

Załącznik.....65

CZĘŚĆ DRUGA

Budowa organizmu ludzkiego.....69

Czym jest odżywianie? 74

Machine Translated by Google

Wszystkie odmiany surowych warzyw składają się zasadniczo z tych samych składników...76

Właściwości poszczególnych białek, witamin i minerałów nie powinny już stanowić podstawy do dyskusji.....81

Ciało prawdziwe i ciało fałszywe.....91

Choroby powstają w wyniku naruszenia praw natury.....94

Odporność człowieka na choroby zakaźne słabnie z pokolenia na pokolenie
Pokolenie.....106

Rak jest wynikiem skrajnej degeneracji komórek.....112

Praca i koszty przygotowania gotowanej żywności to nic innego jak zwykłe czynności
Odpady125

Medycyna zjadacza ugotowanych potraw jest nauką całkowicie błędną.....130

Ludzkość obecnie jest daleka od cywilizacji.....138

ŻYJMY.....146

CZĘŚĆ TRZECIA

Osiągnięcia JEDZENIA SUROWEGO.....155

Czego należy unikać? 220

Przygoda Teherańskiego Stowarzyszenia RawVegans.....222

Machine Translated by Google

PRZEDMOWA do WYDANIA 2

Pierwsza część niniejszej książki ukazała się w 1963 roku pod tytułem RAW-EATING. W tym niewielkim tomie, który zawierał krótkie podsumowanie moich koncepcji odżywiania, poruszyłem prawie każdy ważny aspekt surowego jedzenia. Ogólnie rzecz biorąc, nie trzeba wdawać się w rozwlekłe szczegóły, aby oznajmić światu prostą prawdę, że operacje gotowania i uszlachetniania, podczas których naturalne składniki odżywcze ulegają przemianie w substancje nienaturalne, to nie tylko szkodliwe operacje, które łamią prawa natury, ale są główną przyczyną wszystkich chorób. Najbardziej nieświadomy człowiek może jasno zauważyć, że zamiast uwalniać ludzi od chorób, medycyna oparta na gotowanej żywności i trujących lekach wpędza ludzkość w mnóstwo poważnych dolegliwości, na które wszystkie inne żyjące istoty są odporne.

Po przeczytaniu zaledwie kilku linijek na ten temat, bystry człowiek budzi się ze swojej letargicznej obojętności i zdaje sobie sprawę z całej powagi sytuacji. Jednakże zdecydowana większość ludzi, zaślepiona obecnymi błędnymi wyobrażeniami na temat nauk medycznych i uprzedzona mnóstwem z góry przyjętych idei, pragnie uzyskać dalsze informacje na ten temat. Dlatego też w drugiej części tej książki przedstawiłem dodatkowe i bardziej szczegółowe wyjaśnienia szeregu kluczowych kwestii. Jednocześnie wykorzystano okazję do wprowadzenia kilku drobnych poprawek i poprawek w pierwszej części. Podczas pierwszego wydania książki koncepcja jedzenia na surowo była wciąż w początkowej fazie; zostało dziś wdrożone w wielu krajach. Rezygnując z gotowanej żywności i trujących leków, tysiące rozsądnych ludzi na całym świecie wyleczyło się z długotrwałych chorób i może teraz cieszyć się beztroskim życiem w zdrowiu i szczęściu. Na końcu książki podałem niewielki wybór licznych listów otrzymanych od takich osób.

Kiedy zostaje wynaleziona nowa maszyna lub przyrząd, kilka udanych testów uważa się za wystarczające, aby potwierdzić lub udowodnić ten wynalazek. Dziś tysiące zdrowych ludzi na całym świecie jest tego żywym dowodem

Machine Translated by Google

Jedzenie na surowo ratuje ludzkość przed bezwzględnymi szponami wszelkich chorób na ziemi. Można by pomyśleć, że to wystarczyłoby, aby wybudzić świat naukowy z jego ospałości i przekonać wszystkich o ogromnych korzyściach, jakie niesie dla nas wszystkich jedzenie na surowo.
Dzisiaj ludzie zaślepieni nałogami organizują międzynarodowe konferencje, aby walczyć z rzekomym światowym niedoborem żywności i wygłaszają niekończące się przemówienia na absurdalne tematy, podczas gdy 80 procent prawdziwej żywności, danej nam przez naturę, jest bezmyślnie niszczonych własnymi rękami przez gotowanie i rafinację.

Apeluję do wszystkich prawdziwych humanitarystów, aby podnosili głos i swoimi nieustannymi żądaniami wzywali władze do podjęcia natychmiastowych kroków w celu wprowadzenia w życie zasad surowego odżywiania. Nadszedł czas na działanie.

CZĘŚĆ PIERWSZA

Jak wpadłem na pomysł jedzenia na surowo

Surowa wegańska żywność powinna być jedynym pożywieniem człowieka. Należy raz na zawsze porzucić na tym świecie nawyk jedzenia gotowanego jedzenia. Takie jest nieomylne żądanie natury. Spożywanie gotowanej żywności to najstraszniejsze barbarzyństwo w historii ludzkości, barbarzyństwo, którego nikt chyba nie jest świadomy i którego każdy pada nieświadomą ofiarą. Bez względu na to, jak dziwny może się to wydawać niektórym pomysł, jest to absolutna prawda, z którą nie możemy się nie zgodzić.

Prawda ta stała się dla mnie oczywista, gdy po 18 latach wnikliwych studiów i badań doszedłem do przekonania, że śmierć moich 10-letniego syna i 14-letnią córkę spowodowane było nienaturalnym żywieniem. Ogromna liczba badań lekarskich przeprowadzonych w Persji, Francji, Niemczech i Szwajcarii w celu wykrycia jakiejś konkretnej choroby w ich organizmach i późniejszego podania licznych środków zaradczych również miała znaczny udział w doprowadzeniu tragedii do punktu kulminacyjnego. Moje dzieci zmarły w wyniku stopniowego wycieńczenia i zaniku wszystkich narządów, spowodowanego nienaturalnym żywieniem i trującymi lekami.

Machine Translated by Google

Tym wyraźniej udało mi się wniknąć w tajniki nauk medycznych i dostrzec ich dobre i złe strony, że nie inspirowała mnie perspektywa zostania lekarzem ani osiągnięcia jakichkolwiek zysków finansowych. Moją motywacją była przede wszystkim chęć zrobienia wszystkiego, co w mojej mocy, aby odzyskać zdrowie moich ukochanych dzieci, a później żarliwe pragnienie utrwalenia ich pamięci poprzez bycie użytecznymi dla ludzkości.

Kolejny czynnik, który przyczynił się do mojej lepszej realizacji mankamentów nauk medycznych to zupełnie nowy system, w którym odbywałem studia w drodze samokształcenia, wolnego od obciążeń programu akademickiego. Nigdy nie upajałem się przesadnymi twierdzeniami o postępie w naukach medycznych ani wszystkimi fantazyjnymi opowieściami o bajecznych korzyściach płynących ze stosowania leków. Podszedłem do tych kwestii krytycznie i zawsze kładłem większy nacisk na ich niedociągnięcia. Co więcej, stale miałem na uwadze fakt, że pomimo istnienia milionów wykwalifikowanych lekarzy i dużej liczby laureatów Nagrody Nobla, cywilizowany człowiek częściej niż jakiekolwiek inne zwierzęta pada ofiarą różnych chorób, w tym chorób takich jak stwardnienie rozsiane liczba przypadków cukrzycy, zawałów serca i nowotworów wzrasta w zastraszającym tempie, grożąc zniszczeniem ludzkości z powierzchni ziemi. Nie traciłem czasu na zapamiętywanie objawów chorób, nazw i dawek leków oraz wielu skomplikowanych formuł, które rzadko są potrzebne, ponieważ nigdy nie miałem zamiaru przystępować do egzaminów i zdobywać stopni naukowych. Zamiast tego, o ile to możliwe, poświęciłem swój czas na studiowanie wielu dziedzin nauki i badanie różnorodnych źródeł wiedzy, z podstawowych i ogólnych zasad, z których udało mi się zaczerpnąć pewne istotne, istotne wnioski.

Wyniki 18 lat żmudnych badań i pracy zostały zawarte w dziele składającym się z dwóch obszernych tomów, z których pierwszy, liczący 568 stron, został opublikowany w języku ormiańskim w 1960 roku.

Machine Translated by Google

Efektywne działanie każdej fabryki uzależnione jest od jednolitych dostaw wszystkich surowców określonych przez Inżyniera

Do czasu odkrycia ognia, podobnie jak reszta królestwa zwierząt, człowiek rozwijał się i ewoluował poprzez spożywanie naturalnego, surowego pożywienia. Ale od czasu odkrycia ognia ludzie bez większego namysłu wrzucili do ognia naturalne produkty spożywcze, zniszczyli ich podstawowe składniki, zdegradowali je, a następnie odżywiali nimi swoje ciała. Bezpośrednią konsekwencją są wszystkie choroby, na które cierpi dzisiaj cała ludzkość.

Organizm ludzki jest żywą fabryką budowaną dzięki nieustannemu wysiłkowi natury. Jednocześnie przy budowie tej fabryki nasza cudowna natura wykorzystała promienie słońca do wytworzenia wszystkich surowców niezbędnych do koordynowania tysięcy skomplikowanych operacji naszego organizmu i zapewnienia odpowiedniej produkcji. Co więcej, natura umieściła te surowce w całej ich doskonałości i nienagannej harmonii ich różnych składników w maleńkim ziarenku kukurydzy, w papkowatym nasionku granatu, w jagodzie winogron lub w liściu rośliny . Każdy z „marnych" artykułów spożywczych wziętych z osobna zawiera wszystkie te czynniki, które są niezbędne do utrzymania przy życiu żywego organizmu istoty podobnej do człowieka.

W świecie materialnym najmniejsze odchylenie od szczegółów opracowany przez inżyniera w celu zapewnienia sprawnego działania mechanizmu fabryki lub usterka w surowcach określonych w celu zapewnienia jego normalnej wydajności, powoduje odpowiednią awarię w działaniu instalacji. Podobnie najmniejsze pogorszenie lub zmiana surowców przepisanych przez naturę w celu zapewnienia sprawnego przebiegu skomplikowanych procesów organizmu ludzkiego powoduje zaburzenia w prawidłowych funkcjach biologicznych naszych narządów i zaburzenia te objawiają się w postaci chorób.

Machine Translated by Google

Nie do pomyślenia są różne metody stosowane przez człowieka w celu zniszczenia lub degeneracji w pełni zbilansowanych surowców, wyznaczonych przez naturę do normalnego funkcjonowania jego organizmu. W tym celu cywilizowany człowiek wynalazł demoniczne fabryki, piekarniki, piecyki i kuchnie. Każdemu pogorszeniu jakości naturalnych produktów spożywczych towarzyszy odpowiednie zwyrodnienie organizmu ludzkiego. Odżywianie naturalne zapewnia prawidłowe funkcjonowanie naszego organizmu, natomiast odżywianie nienaturalne wiąże się z nieprawidłowym wywiązywaniem się z jego funkcji. Mnogość chorób wynika z ogromnej różnorodności degeneracji składników naturalnych produktów spożywczych.

Pod warunkiem, że wszystkie jego potrzeby zostaną zaspokojone przez prawa natury, Organizm ludzki, będący najdoskonalszym organizmem w królestwie zwierząt, może żyć w doskonałym zdrowiu od minimum 150 lat do maksymalnie 200-250 lat. Gotowane produkty spożywcze zmuszają narządy ludzkie do kilkukrotnej pracy w stosunku do ich normalnej wydajności, przedwcześnie je męczą, powodują różne choroby i skracają życie człowieka o ułamek jego normalnego długości. W obecnym wieku postępu naukowego człowiek mógł pozbyć się wszystkich chorób poprzez całkowitą abstynencję od gotowanego jedzenia i mógł wtedy poświęcić swoją energię jedynie badaniu problemów długowieczności.

Równolegle z naturalnym odżywianiem człowiek musi zadbać także o zaspokojenie pozostałych jego naturalnych potrzeb. Są to czyste powietrze, wczesny sen, wczesne wstawanie, praca fizyczna, wstrzymywanie się od sztucznego ogrzewania, czystość i tak dalej.

Bezpośrednie i pośrednie choroby żywieniowe

Choroby żywieniowe dzielą się na dwie główne kategorie: bezpośrednie i dolegliwości pośrednie. Bezpośrednie choroby żywieniowe to takie, które są spowodowane nadmiarem pewnych składników odżywczych lub niedoborem innych. Ogień i żywność pochodzenia zwierzęcego powodują koncentrację i zwiększenie zawartości białek i tłuszczów w diecie, jednocześnie eliminując substancje o wysokiej wartości odżywczej. Nauka była dotychczas w stanie rozpoznać jedynie znikomą liczbę tych substancji, które nazwano witaminami i bez których istnieje życie

Machine Translated by Google

nie może istnieć. Do bezpośrednich chorób żywieniowych zaliczają się wszelkie zaburzenia przewlekłe i choroby niedoborowe. Choroby rozwijają się niezwykle powoli i w tajemnicy. Dopóki choroba nie weszła w swoje końcowe stadium i narządy nie przestały działać, jednostka uważa się za zdrową. W przypadku częściowych i mieszanych niedoborów witamin choroba nie objawia się charakterystycznymi dla awitaminozy objawami, opisywanymi w podręcznikach; objawia się raczej skargami, których niełatwo wytłumaczyć.

Pośrednie dolegliwości trawienne są chorobami zakaźnymi. W organizmie człowieka żyje zazwyczaj duża różnorodność drobnoustrojów, które w normalnych warunkach pełnią dla organizmu pożyteczne usługi i które podlegają kontroli wyspecjalizowanych (zróżnicowanych) komórek ludzkich, którym podporządkowują się ich poleceniom. Ale przez nieprawidłowe odżywianie zdegenerowane i wychudzone komórki są tak osłabione, że zgodnie z Prawem Przetrwania te drobnoustroje uzyskują przewagę, uwalniają się spod kontroli tych komórek, buntują się przeciwko swoim panom, stają się chorobotwórcze i tak dobrze powodują choroby zakaźne... nam znane Czasem nacierająca armia atakujących drobnoustrojów, która w zdrowym organizmie napotkałaby nieodparty opór i zostałaby od razu zniszczona, w wychudzonym organizmie nie spotyka się z takim oporem i powoduje jego specyficzną infekcję.

W drugim tomie mojej ormiańskiej książki sporo miejsca poświęciłem problematyce chorób zakaźnych, dla zbadania których przeanalizowałem niektóre fragmenty pierwszego tomu traktatu „Anatomia patologiczna i patogeneza chorób człowieka” autorstwa wybitnego radzieckiego naukowca IV Dawidowskiego, opublikowana w 1956 r. Za pomocą licznych przekonujących faktów autor udowadnia, że przyczyną chorób zakaźnych są nie same drobnoustroje, ale zły stan organizmu, spadek jego mocy odporność. Ale niestety, podobnie jak wszyscy uzależnieni od gotowanej żywności, Davydovsky również nie jest w stanie wyjaśnić, w jaki sposób możemy przywrócić tę odporność, a co jeszcze lepiej, zapobiec jej upadkowi.

Machine Translated by Google

Strach przed drobnoustrojami tak przestraszył ludzi, że aby przed nimi uciec, uciekają się do najniebezpieczniejszych środków, a mimo to uzyskują zupełnie odwrotne rezultaty. Gotowanie surowych produktów spożywczych w celu uniknięcia drobnoustrojów jest jednym z najbardziej fatalnych błędów w medycynie.

Nie jesteśmy w stanie wytępić drobnoustrojów z powierzchni ziemi. Można je znaleźć wszędzie, zawsze będą istnieć i mogą przedostać się do naszego organizmu różnymi kanałami. W szczególności, gotując naszą żywność, najpierw osłabiamy odporność naszych komórek, a następnie niszczymy w naszych produktach spożywczych te naturalne antybiotyki, które są przeznaczone przez naturę do walki z drobnoustrojami. Nawet lekarze uzależnieni od gotowanej żywności potwierdzają, że wiele witamin, które ulegają zniszczeniu w ogniu, ma właściwości bakteryjne. Dlatego zwierzęta żywiące się śmietnikami nie są tak podatne na choroby zakaźne jak ludzie.

Komórka nowotworowa jest bezpośrednim potomkiem zdegenerowanej Żywność

Wielu zjadaczy gotowanych potraw jest skłonnych wierzyć, że skoro człowiek od wieków żywił się gotowaną żywnością, musi się do tego przyzwyczaić i może teraz cierpieć, jeśli zacznie jeść całą surową żywność na raz. Innymi słowy, jeśli przez pewien czas tankowaliśmy samochód brudną i gorszej jakości benzyną, silnik może się do tego przyzwyczaić i może ulec uszkodzeniu w przypadku zastąpienia brudnej benzyny czystym paliwem.

Po pierwsze, okres kilku tysięcy lat jest niczym w porównaniu z miliardami lat, podczas których człowiek wraz ze swoimi przodkami żył i rozwijał się wyłącznie na surowej żywności. Poza tym o tym, że człowiek w rzeczywistości nie przyzwyczaił się do gotowanej żywności, świadczy samo istnienie chorób, które znikają, a organizm powraca do swoich normalnych funkcji, gdy człowiek ucieka się do surowego pożywienia.

Prawdą jest, że zgodnie z prawami ewolucji nasz organizm stara się przystosować się do otrzymywanego pożywienia, ale nie w taki sposób, jak niektórzy sobie wyobrażają. Te składniki odżywcze żywności, które są niezbędne dla skomplikowanych procesów i wyspecjalizowanych głównych funkcji komórek, łatwo ulegają zniszczeniu pod wpływem ognia. Dlatego też

Machine Translated by Google

artykułom spożywczym uznawanym przez osoby jedzące gotowanie za pożywne, brakuje tych niezbędnych składników, za to za to mają obfitą podaż białek, tłuszczów i węglowodanów, kilkakrotnie przekraczającą zapotrzebowanie komórek.

Pozbawione ustawicznie tych składników odżywczych, które są niezbędne do pełnienia ich wyższych funkcji, komórki albo nie osiągają pełnego rozwoju i specjalizacji, albo gdy je osiągną, tracą później zdolność do pełnienia tych funkcji. Po kilku latach niedostatków i wytrzymałości przychodzi dzień, w którym jedna z kilku miliardów komórek, pozbawionych pozostałych możliwości, zostaje wreszcie uwolniona od mechanizmów ograniczających wzrost komórek. Następnie oddzielają się od życia społecznego, stają się autonomiczne i chciwie pożerają te materiały budujące tkanki, które pływają w płynie międzykomórkowym w dużych ilościach, odrzucone przez normalne komórki jako znacznie przekraczające ich potrzeby i które dumnie są chwalone przez biologów żołądkowo-jelitowych — białka (zwłaszcza białka zwierzęce), tłuszcze i wszystkie substancje azotowe. Potem rosną z zastraszającą szybkością, nieuważnie i wyzywająco, i rozmnażają się w sposób nieuporządkowany, tworząc straszliwą masę, nową żywą istotę, która w trakcie swojego wzrostu obezwładnia, niszczy wszystko w swoim otoczeniu i wreszcie pewnego pięknego dnia burzy tę cudowną budowlę, ludzkie ciało. Imię tego nowego stworzenia to rak. To prawdziwy potomek gotowanej żywności, żywy dowód na to, jak komórki przystosowują się do struktury pożywienia człowieka

konsumować.

Kiedy życie pojawiło się po raz pierwszy na naszej planecie, natura miała do dyspozycji jedynie najbardziej elementarny materiał budulcowy (białka, tłuszcze i węglowodany), z którego udało mu się stworzyć pierwsze organizmy jednokomórkowe. Tak jak inżynier dodaje cylinder, aparat lub drobny szczegół do swojej fabryki, tak też natura dodaje nową funkcję do swoich materiałów budowlanych (ciał roślinnych), tak też natura dodaje nową funkcję organom zwierzęcym. To żmudne zadanie zajmowało przyrodę przez miliardy lat, podczas których rozwinęła swoje surowce od zwykłej bakterii do

Machine Translated by Google

owoce, które znamy dzisiaj, i za pośrednictwem surowców roślinnych, ale jednocześnie z ich ewolucją, rozwinął jednokomórkowy organizm zwierzęcy, który stworzył, w cudowne zwierzę.

Niestety po odkryciu ognia naturalna ewolucja człowieka została zatrzymana i, co gorsza, postępuje w gigantycznym tempie. Ogień i inne absurdalne środki degeneracji wynalezione przez cywilizowanego człowieka niszczą wszystkie te doskonałe właściwości odżywcze, które przez miliardy lat gromadziły się w naturalnych środkach spożywczych, a w konsekwencji w komórkach zwierzęcych, i przywracają je do pierwotnego typu, ale z największą starannością, jaką dostarczają najpowszechniejszy materiał budowlany, który służy zapewnieniu bezcelowego wzrostu tych komórek. Komórki nowotworowe są prawdziwymi okazami tych prymitywnych komórek. Dla krótkowzrocznych biologów materiałem budulcowym ciała są białka, czyli zwykłe kamienie i cegły o bardzo powszechnej strukturze. Nie interesują ich różne rodzaje zapraw i liczne detale niezbędne do budowy skomplikowanej fabryki, których nie ma w befsztyku czy grillu.

W drugim tomie mojej ormiańskiej książki poświęciłem prawie 300 stron poświęconych badaniu problemu pochodzenia nowotworów. W tym celu przejrzałem ważny traktat słynnego amerykańskiego cytologa EV Cowdry'ego zatytułowany „Komórki nowotworowe” (1955), który jest najbardziej wyczerpującym z różnych badań na ten temat i w którym zebrano wszystkie ważne badania, dane, opinie i wnioski opublikowane przez wielu znanych naukowców. Na podstawie danych badawczych uzyskanych przez samych cytologów niezbicie udowodniłem, że komórki nowotworowe powstają w wyniku niedoboru doskonałych składników odżywczych i nadmiaru tych powszechnych materiałów budulcowych, które sprzyjają bezcelowemu wzrostowi komórek.

Uzależnienie od gotowanej żywności jest najniebezpieczniejsze ze wszystkich Wady

Machine Translated by Google

Czytelnik może naturalnie zastanawiać się, dlaczego żaden z licznych wybitnych naukowców i profesorów nie widzi tych prostych prawd i dlaczego nikt nie mówi nam, że nawyk jedzenia gotowanej żywności jest nienaturalny i niebezpieczny. Powodem jest to, że cała ludzkość jest uzależniona od jedzenia, a uzależnienie od jedzenia zaślepiło wszystkich. Nikt nie zdaje sobie sprawy, że jedzenie gotowanych potraw jest wadą i to w istocie najstraszniejszą ze wszystkich wad. Nie jest to pragnienie tylko jednego rodzaju substancji, ale suma naszych żarłocznych tęsknot za tysiącami substancji (i jakie przy tym „cudowne", „pożądane" substancje!). Poza tym krótkowzroczni zjadacze gotowania widzą bogactwo i doskonałość w wielości degradacji, jakim poddawane są środki spożywcze, podczas gdy to właśnie ta wielość degradacji powoduje wielość szkód, których prawdziwe odzwierciedlenie można dostrzec w szerokiej gamie chorób, które panują na świecie.

Człowiek uzależnia się od substancji zawierających trucizny, takich jak herbata, kawa, kakao, tytoń, alkohol, opium, kokaina, morfina itp. Silny głód tych substancji jest stymulowany przez odpowiednie trucizny zgromadzone w organizmie człowieka. Gotowana żywność wytwarza różnorodne trucizny, które z biegiem czasu gromadzą się w różnych częściach organizmu, np. na ścianach żył i naczyń włosowatych, między stawami, w środku komórek tłuszczowych i gdzie indziej. Tak jak pragnienie heroiny narkomana nie wynika z normalnych potrzeb fizjologicznych jego organizmu, tak też pragnienie gotowanego jedzenia, jego uczucie głodu, nie jest normalnym zapotrzebowaniem jego organizmu; jest to raczej żądanie jego uzależnienia. Jest wyrazem impulsów pobudzanych przez trucizny zgromadzone w organizmie człowieka; jest to żądanie chorób zagnieżdżonych w ciele, wołanie największego wroga człowieka.

Ta straszna przywara zostaje wprowadzona w ciało każdego człowieka przez własnych rodziców, już od kołyski. Dlatego w chwili, gdy dziecko zaczyna zwracać na to uwagę i mówić, uzależnienie od jedzenia już mocno go zakorzeniło i od tego momentu aż do końca życia uważa gotowane jedzenie za swoją normalną dietę i silne pragnienie

Machine Translated by Google

dla tego jako jego fizjologiczne żądanie; to właśnie myli z prawdziwym głodem.

Popyt na gotowaną żywność to nie głód

Kiedy osoba zjadająca gotowane potrawy stara się odżywiać wyłącznie naturalnymi produktami spożywczymi, takimi jak orzechy włoskie, zboża, surowe owoce i warzywa, a nie ma już apetytu na jakąkolwiek surową żywność, naturalne potrzeby jego organizmu są w tym momencie całkowicie zaspokojone i jest nasycony do pełna. Ale mimo to, nawet jeśli powinien był już kilkukrotnie zaspokoić swoje dzienne zapotrzebowanie na żywność, nadal zachowuje się tak, jakby nic nie jadł i odczuwa ogromną potrzebę dania z mocno przyprawionego mięsa, bogatego i apetycznego. To już nie jest głód. Jest to podrażnienie spowodowane truciznami, które nagromadziły się w organizmie i które teraz wymagają nowych trucizn. To krzyk demona, który leży rozciągnięty i domaga się nowych narzędzi, aby rozerwać ludzki organizm na kawałki. Roztropny, zjadacz surówki o silnej woli, dzień po dniu słyszy to wołanie z całą jego gwałtownością, ale całą duszą je ignoruje i nie idzie na żadne ustępstwo.

Gotowane jedzenie zmusza ludzkie narządy do pracy Trzy do czterech razy większa niż normalna pojemność

Wszystkie narządy ludzkie posiadają zapasy naturalnej energii rezerwowej. Zwykle pracują na jednej czwartej swoich potencjalnych możliwości, zachowując resztę energii do późniejszego wykorzystania w szczególnej sytuacji awaryjnej lub na starość. Zatem w „normalnych" okolicznościach tętno serca wynosi 70-72 uderzeń na minutę (podczas gdy u osoby zjadającej surówkę zaledwie 58-62), które w wyjątkowych okolicznościach może wzrosnąć do ponad 200 uderzeń na minutę. Ponownie, podczas normalnego oddychania 500 cm3 powietrza wchodzi i wychodzi z płuc, ale przy specjalnym wysiłku oddechowym możemy wdychać aż 3700 cm3

Osoba zjadająca surowiec wykorzystuje swoje narządy trawienne w jednej czwartej swoją potencjalną pojemność, dzięki czemu jego narządy nigdy nie ulegają przeciążeniu ani zmęczeniu. Z drugiej strony zjadacz ugotowanego jedzenia, po pobudzeniu apetytu za pomocą odruchów warunkowych, działa drażniąco

Machine Translated by Google

przyprawy, aperitify i inne absurdalne używki, wypełnia jego żołądek do tego stopnia, że narządy trawienne zmuszone są wykorzystać do działania wszystkie swoje rezerwy energii i nawet wtedy nie są w stanie sprostać stawianym im wymaganiom. Kiedy człowiek jest zmuszony zwrócić obrzydliwe jedzenie tą samą drogą, którą je wysłał, lub wydalić je z jelit za pomocą środków przeczyszczających. Co zaskakujące, zjadacz ugotowanych potraw nie uważa takich odruchów za dziwne.

W wyniku przeciążenia narządów trawiennych do pracy zostaje uruchomionych także wiele narządów dodatkowych, jak serce, wątroba i nerki. Dodatkowa praca wykonywana przez te narządy wkrótce skutkuje ich zmęczeniem i przedwczesnym wyłączeniem z działania. Nic więc dziwnego, że w rezultacie życie ulega kilkukrotnemu skróceniu. Żywiąc się bezużytecznymi, szkodliwymi i trującymi substancjami, osoba uzależniona od jedzenia zaspokaja swoje namiętności, paraliżuje pracę żołądka i stwarza dla siebie iluzję sytości, podczas gdy w rzeczywistości jego komórki jęczą z głodu z powodu braku niezbędnych składników odżywczych . Żołądek osoby jedzącej surówkę jest zawsze w spoczynku, chociaż na ogół jest pusty, ale jego ciało jest rzeczywiście pełne i zaspokojone, w prawdziwym tego słowa znaczeniu.

Kiedy osoba zjadająca gotowane potrawy postanawia przejść na jedzenie na surowo, początkowo nigdy nie czuje się usatysfakcjonowana, niezależnie od tego, ile zje. Zwykle zamiast czuć się szczęśliwi, osoby uzależnione od jedzenia odczuwają niezadowolenie z tego stanu. Ich zdaniem przyczyną ich ciągłego głodu jest to, że spożywana przez nich żywność ma niską wartość odżywczą i nie nadaje się do spożycia. To straszne błędne przekonanie. Wręcz przeciwnie, są to produkty pożywne i w pełni zbilansowane. Komórki ludzkie przez lata cierpiały z powodu ich braku. Możliwości narządów trawiennych człowieka w pełni odpowiadają ich składowi i rozmieszczeniu składników. Dlatego żołądek chętnie przyjmuje te pokarmy, szybko je zmiękcza i bez większego opóźnienia przekazuje do jelit, podczas gdy komórki z kolei, wychudzone i osłabione głodem, chętnie wchłaniają te cenne substancje i wielokrotnie żądają więcej i więcej ich.

Machine Translated by Google

Chore komórki zostają uzdrowione, wychudzone wracają do zdrowia, nieaktywne odzyskują witalność. Z kolei komórki tłuszczowe zaczynają się topić z głodu, nagromadzone trucizny stopniowo zanikają, a zbędna woda opuszcza organizm. Następnie normalne, aktywne komórki zajmują miejsce tych ospałych, utuczonych gnuśnością i biernością. Szybka utrata masy ciała jest niezawodną oznaką odzyskania zdrowia i wigoru.

Fakt ten powinien napełnić serce człowieka radością i szczęściem. Te składniki odżywcze natychmiast rozprzestrzeniają się po całym organizmie i zapewniają mu zdrowie, siłę, wigor i energię. Po raz pierwszy w jego życiu, chociaż wszystkie jego narządy i gruczoły otrzymują najobfitszy zapas pożywienia, mogą pracować wygodnie i łatwo. Nawet jeśli tego dnia przyjmie większą ilość surowego pożywienia, niż potrzebuje jego organizm lub jego jelita i komórki będą w stanie wchłonąć, jego żołądek nie odmówi mu tego ani nie wywoła u niego uczucia mdłości, powodującego wypędź go przemocą i siłą. Pożywienie przekraczające jego normalne zapotrzebowanie nie pozostanie w żołądku i nie spowoduje gnicia; nie zamienią się w trucizny i nie spowodują zaburzeń trawiennych. Zamiast tego, nie ulegając trawieniu, od razu przejdą z żołądka do jelit i tego samego dnia opuszczą organizm wraz z kałem, nie wyrządzając najmniejszej szkody organizmowi. Dzięki temu jego żołądek zawsze będzie lekki, a jelita i krew będą naładowane w pełni zbilansowanymi składnikami odżywczymi.

Wtedy w takiej chwili pozwólmy mu po prostu spróbować zjeść kilka kawałków ugotowanego jedzenia. Jego żołądek z oburzeniem odrzuci te dziwne i niechciane substancje. Pomimo ogromnej przyjemności, jaką odczuwa podniebienie, te kęsy długo pozostaną w żołądku, zablokują apetyt i paraliżują normalny przebieg czynności trawiennych. Ale zjadacz ugotowanych potraw jest całkiem zadowolony i zadowolony z tego stanu, ponieważ zaspokoił swoje namiętności, napełnił żołądek i jest teraz „pełny”. Człowiek, który zdaje sobie sprawę z wartości jedzenia na surowo, boi się tego stanu. W pełni rozumie, że to surowe pokarmy roślinne odżywiają ciało, podczas gdy zwłoki to odżywiają

Machine Translated by Google

wychodzą z ognia, są jedynie paliwem i źródłem różnych trucizn i chorób.

Pożywienie człowieka powinno składać się z żywych komórek i Nie zwłoki martwych komórek

W pełni zbilansowana żywność składa się z żywych komórek. Teraz ciała roślinne po opuszczeniu ziemi pozostają przy życiu przez długi czas. Pączek róży nadal kwitnie w wazonie, a ziarna kiełkują po zasadzeniu wiele lat po zebraniu. Ale komórki zabijanych zwierząt lub komórki mleka skradzionego z ich ciał umierają natychmiast, a potem zaczynają się rozpadać i zamieniać w trucizny, podczas gdy gotowanie zamienia je w coś naprawdę strasznego. Uznawanie białek zwierzęcych za lepsze od białek roślinnych jest najbardziej niefortunnym błędem w ocenie i oczywistym dowodem krótkowzroczności biologów oddających cześć mięsu. Jeśli przyjąć, że organizm zwierzęcy przenosi białka roślinne i zamienia je w pełnowartościowe składniki odżywcze, to mięso zwierząt takich jak lisy, wilki, psy, koty i tygrysy żywiących się takimi „w pełni zbilansowanymi" białkami powinno być najwyższa wartość odżywcza; mając na uwadze, że trujący charakter mięsa takich zwierząt jest tak oczywisty, że nawet najbardziej oddany mięsożerca nie ma odwagi się nim pożywić.

Ci biolodzy, których zmuszają do tego osobiste upodobania szukali szczególnych zalet w mięsie, odkrywając tzw. niezastąpione aminokwasy, nie wzięli pod uwagę faktu, że aminokwasy te powstają z najpospolitszych traw spożywanych przez zwierzęta. Według jakiej zasady nauki organizm krowy jest w stanie wytwarzać aminokwasy z najpodlejszych chwastów i traw, a organizm człowieka nie ma środków na przygotowanie tych samych związków z roślinnych produktów spożywczych o najwyższej jakości odżywczej?
Jak miliony Hindusów żyją bez aminokwasów dostarczanych przez mięso?

Machine Translated by Google

Krótkowzroczność jest największą wadą medycyny Nauka

Największy błąd biologów uzależnionych od gotowanej żywności jest ich krótkowzroczność. Zamykają oczy na krzywdy, które wydają się małe i nie przewidują poważnych konsekwencji, które prędzej czy później wynikają z pozornie nieistotnych przyczyn. Zilustrujmy nasze stwierdzenie kilkoma przykładami. Gotowane posiłki, zwłaszcza dania mięsne, są pełne trucizn. Obecnie nikt nie zwraca uwagi na chroniczne zatrucie, które trwa cały czas niepostrzeżenie i nawet jeśli w wyniku takiego zatrucia z czasem ulegnie uszkodzeniu wątroba, serce czy nerki, przypisuje się to schorzeniu z nieznanych przyczyn. Jeżeli zatrucie jest jeszcze poważniejsze i towarzyszy mu biegunka i wymioty, uważa się je za zaburzenie żołądkowe. Przez zatrucie rozumieją tylko taki stan, który wpływa na cały organizm i grozi natychmiastową śmiercią ofiary. Ileż niewinnych ludzi poświęca się w ten sposób!

Ludzie nie widzą brudu, który codziennie poprzez pożywienie przedostaje się do ich tętnic i żył, a kiedy osadza się warstwa po warstwie na ściankach naczyń, zwęża ich przejścia i pewnego dnia nagle zatrzymuje krążenie krwi, krótko osoby widzące uważają to wydarzenie za „nieoczekiwane”.

Ludzie nie zauważają ogromnego nacisku, jaki wywierają silne wody powodziowe pędzące w stronę mamutowej tamy o pojemności milionów ton. Kiedy jednak ta tama, długo chwiejąca się pod wpływem powodzi, w końcu się zawali, przyczyną jej ostatecznego zniszczenia jest kamień, który przypadkowo rzucił w nią małe dziecko. Widzieliśmy już prawidłową koncepcję osób jedzących surową żywność na temat przyczyn raka. Wbrew temu 400 „czynników rakotwórczych” przedstawionych nam przez naukowców uzależnionych od gotowanej żywności, wśród których znajdują się takie czynniki, jak podrażnienia mechaniczne i oparzenia papierosem, nie ma większej wartości niż rzucony przez dziecko kamień.

Machine Translated by Google

Każdy narząd ma miliony komórek dzięki wspólnej pracy, dzięki której wykonywana jest praca tego narządu. Kiedy w pożywieniu wtłaczanym tym komórkom brakuje pewnych niezbędnych składników, komórki zaczynają tracić swoją witalność i wychodzą z użycia. Zasoby energii trafiają teraz do pola, ale one również wkrótce się wyczerpują. Dopóki narząd w jakiś sposób spełnia swoje funkcje, krótkowzroczni ludzie nie widzą czerwonego światła; lecz kiedy w końcu zostaje w tyle w swojej działalności, mówią, że taki narząd jest chory i uciekają się do leków. Ale czy to możliwe, że mała pigułka lub dawka trucizny mogłaby kiedykolwiek zastąpić składniki odżywcze żywności spalanej przez lata w ogniu i przywrócić uszkodzonym komórkom utraconą zdolność do specjalistycznej pracy?

Masy mięsa, jajek, masła i serów, leżące przez wiele dni w przewodzie pokarmowym, ulegają rozkładowi i powodują zapalenie jelit, którego najczęstszym objawem jest biegunka. Kiedy jednak u dziecka rzeczywiście występują objawy biegunki, całą winę zrzuca się na kilka skórek owoców widocznych w kale. Nikt nie pyta, w jaki sposób skórki owoców mogą wywołać zapalenie jelit u dziecka, skoro nie ulegając rozkładowi ani rozkładowi, w ciągu kilku godzin od wejścia opuszczają ciało w niezmienionej postaci. Cała tragedia wynika z tego, że ludzie uważają jajka, mięso, masło i miód za normalne i niezbędne artykuły spożywcze, a owoce za coś drugorzędnego, co można albo zjeść, albo nie. Czasami uważa się nawet za konieczne zakazanie dzieciom jedzenia owoców, aby „nie rozregulować żołądka”.

Ciężar osoby jedzącej gotowane potrawy nie może być uważany za kryterium dobrego zdrowia.

Otyłość to najniebezpieczniejsza choroba

Tak długo, jak organizm ludzki jest w stanie przeciwstawić się temu, co nienaturalne diety i w dalszym ciągu z nią walczyć, pojawiają się różne dolegliwości, takie jak utrata apetytu, niestrawność, zapalenie żołądka i inne dolegliwości żołądkowe, zapalenie okrężnicy i tak dalej. Wszystko to jest zewnętrznym wyrazem walki organizmu o wykorzystanie wszelkich dostępnych mu środków

Machine Translated by Google

utylizacji, aby zneutralizować szkodliwe skutki nienaturalnej diety i wydalić z organizmu wytwarzane przez nią substancje trujące. Pacjent zaczyna tracić na wadze i wtedy starają się go wzmocnić podając mu „pożywne" posiłki. W dniu, w którym organizm zostanie ostatecznie pokonany i ustanie jego walka, człowiek albo żegna się z tym światem, albo wręcz przeciwnie, jego apetyt wzrasta i zaczyna jeść nienasycony, dobrze trawić, przybierać na wadze, „by odzyskać zdrowie" i siłę." Innymi słowy, w tym dniu organizm ludzki, porzucając swoją walkę, „przystosowuje się" do nienaturalnej diety i kładziony jest fundament pod jedną z najniebezpieczniejszych chorób człowieka – nienaturalną otyłość.

Pod presją nienaturalnych diet organizm zmuszony jest przystosować się i przyjąć do organizmu nagromadzone w wyniku takiej diety różne szkodliwe substancje. Tworzą się wówczas złogi z tłuszczów, kwasu moczowego i jego pochodnych, cholesteryny, soli kuchennej, nadmiaru płynów, kamienia nazębnego, formacji bliznowatych, nowotworów, komórek nieaktywnych i pasożytniczych, wielojądrzastych komórek olbrzymich (polikariocytów), komórek z nadmiernymi jądrami (megakariocytami) itp. Czasami komórki te osiągają kilkaset razy rozmiar normalnych komórek, ale brakuje im zdolności do wykonywania jakiejkolwiek użytecznej pracy.

Wszystkie te potworności gromadzą się w ciele, aby stworzyć w człowieku iluzję zdrowia i sił, podczas gdy w rzeczywistości cierpi na stopniowe wycieńczenie. Jego mięśnie stają się cienkie i słabe, liczba wyspecjalizowanych i aktywnych komórek zmniejsza się, a narządy ulegają zanikowi. Ci „tęsi", „krzepi" mężczyźni z wydatnymi brzuchami, grubymi, grubymi ramionami, pulchnymi dłońmi i zwisającymi warstwami tłuszczu, których jest mnóstwo w naszym świecie, to w rzeczywistości szkielety pokryte skórą. Każdy z nich obciążył swoje słabe i wychudzone mięśnie tłustą owcą, którą bezinteresownie karmi i wszędzie ze sobą nosi. Ale, co dziwne, tacy ludzie nieustannie przechwalają się swoim zdrowiem, wigorem i siłą.
Są tak dumni ze swojej tęgi, że ilekroć w rozmowie pojawia się o tym wzmianka, dotykają drewna lub, na Wschodzie, płaczą; aby nie stracili ani ziarenka swej ukochanej wagi. Przykładami takiej godnej ubolewania krótkowzroczności można zapełnić kilkanaście tomów.

Machine Translated by Google

Żadne lekarstwo nie zastąpi surowców zniszczonych w pożarze

Wszystkie powszechnie stosowane leki mają charakter objawowy. Innymi słowy, służą one jako środki paliatywne, przynoszące chwilową ulgę pacjentowi lub ukrywające objawy choroby. W żadnym wypadku nie mogą zastąpić surowców odżywczych zniszczonych w garnkach i patelniach. Wielu wielkich naukowców surowo zabrania używania narkotyków. W Anglii, po żmudnych badaniach trwających cztery i pół roku, obejmujących dużą część zamożnych warstw Anglików, biolodzy z Peckham doszli do wniosku, że tylko dziewięć procent populacji cieszy się dobre zdrowie; pozostałe 91 procent osób było chorych, chociaż większość z nich nie była świadoma swojej choroby. Po leczeniu klinicznym doszli do wniosku, że prawie bez wyjątku wszystkie zaburzenia wybrane do terapii zareagowały na leczenie, ale później zaobserwowano wyraźne pogorszenie ogólnego stanu zdrowia pacjentów. Oznacza to, że leki jedynie maskują objawy choroby, a wyrządzane przez nie szkody pogłębiają już i tak osłabiony organizm, jeszcze bardziej pogarszając jego stan.

Dlatego ten, kto nie chce zachorować lub, jeśli już zachorował, odzyskać zdrowie, nie powinien wiązać swoich nadziei z narkotykami; raczej musi powstrzymywać się od przyjmowania nienaturalnej żywności i narkotyków i musi żyć zgodnie z prawami natury, jedząc surowo!

Jest to sposób prawdziwy, bezpieczny i naukowy, podczas gdy terapia lekowa to, cytując Bircher-Benner, jedynie „oszustwo i oszustwo”. Moim zdaniem bardziej trafnie można to nazwać iluzją i oszukiwaniem samego siebie. Nietzsche nazwał narkotyki „biczem bicza”. Lekarze mogą łatwo przekonać się o prawdziwości moich twierdzeń, dzieląc swoich pacjentów szpitalnych na dwie równe grupy, jedną z nich lecząc lekami i gotowaną żywnością, drugą stosując dietę wyłącznie surową, a następnie porównując oba wyniki ze sobą. Jest to podstawowy i decydujący test, w przeciwnym razie każdy argument przeciwko surowemu jedzeniu nadal będzie pozbawiony najmniejszej wartości. Zilustrujmy nasze wypowiedzi kilkoma przykładami z farmakoterapii objawowej.

Machine Translated by Google

Ból jest sygnałem ostrzegawczym, że organizm jest w niebezpieczeństwie, wołaniem naszego organizmu o pomoc. Zamiast jednak wyeliminować to niebezpieczeństwo, ogłuszamy nerwy, które przekazują naszemu mózgowi odczucie tego zagrożenia i uciszamy ich głos dawką trucizny. Tymczasem choroba postępuje nieuniknionym biegiem, zaostrzonym przez szkodliwe działanie leków. Podajmy inny przykład: kiedy tętnice zwężają się w wyniku wypełnienia się zanieczyszczeniami, serce musi użyć większej siły, aby przepuścić krew przez ciało, w wyniku czego wzrasta ciśnienie krwi. Zamiast jednak oczyszczać nasze naczynia krwionośne z tych zanieczyszczeń, używamy jedynie trucizn, aby stymulować nerwy, które są w stanie rozciągać i poszerzać swoje kanały. Dopóki działanie trucizny trwa, krew przepływa przez naczynia swobodniej i ciśnienie chwilowo spada. Jednak gdy tylko minie jego działanie, naczynia wracają do poprzedniego stanu, tym bardziej osłabione działaniem stosowanych leków.

Nie ma leku, który nie miałby szkodliwego wpływu na organizm. Jednak dopiero niedawno ukazała się niewielka liczba publikacji na ten temat, z których jedna to „Reakcje z terapią lekową” (1955) autorstwa dr Harry'ego L. Alexandra, emerytowanego profesora medycyny klinicznej w Szkole Medycznej Uniwersytetu Waszyngtońskiego , dostarcza nam wielu przydatnych informacji. Oczywiście, ogólnie rzecz biorąc, leki są odpowiedzialne tylko za te powikłania i reakcje, które natychmiast zabijają ofiarę lub objawiają się w postaci poważnych chorób. Nawet wtedy faktycznie odnotowuje się tylko jedną na tysiąc tych komplikacji; reszta pozostaje w wiecznym zapomnieniu.

Ustalono, że każda z 350 000 substancji stosowanych do wytwarzania leków może powodować komplikacje. Ale wśród nich najbardziej niebezpieczne są penicylina, aureomycyna, streptomycyna, związki rtęci, leki z grupy sulfonamidów, naparstnica, szczepionki, surowice, syntetyczne witaminy (tiamina, niacyna itp.), atofan, kortyzon, ekstrakt z wątroby, insulina, adrenalina i wiele innych. inne powszechnie stosowane leki.

Machine Translated by Google

Ważne jest, aby temu zagadnieniu poświęcić jak najdokładniejsze rozważenie. Syntetyczne witaminy i ekstrakty organiczne, którymi ludzie chcą zastąpić składniki odżywcze i ich produkty spalone w kuchni, zabijają człowieka z szybkością błyskawicy, bardzo często w ciągu pięciu minut od ich przedostania się do organizmu. W 1951 r. do ludzkiej krwi wstrzyknięto 324 miliony, a w 1952 r. 350 milionów gramów samej penicyliny, aby zastąpić naturalne antybiotyki spalane w kuchni.

Po przedostaniu się do organizmu ludzkiego leki zabijają tysiące ludzi, czasami w ciągu pięciu do dziesięciu minut, w wyniku anafilaksji, podczas gdy dziesiątki tysięcy innych osób zapada na wiele chorób, do których możemy wymienić pokrzywkę, zapalenie skóry, kłujące zapalenie skóry. gorączka, egzema, plamica, astma oskrzelowa, zapalenie wielotętnicze, marskość wątroby, żółtaczka, zapalenie nerek, nerczyca, niedokrwistość aplastyczna, choroba posurowicza i świerzb.

Ludzie chcą przymykać oczy na odpowiedzialność tych leków za powodowanie zgonów i chorób i zrzucać winę na nadwrażliwość organizmu. Ale jeśli chodzi o przyczynę tej nadmiernej wrażliwości, pomijają tę kwestię milczeniem.

Moje biedne dzieci kilka razy w roku cierpiały na takie choroby i choroby skóry. Zawsze staraliśmy się szukać winy w jedzeniu, które spożywali, podczas gdy lekarze wydający paczki recept nigdy ani słowem nie wspomnieli o niebezpieczeństwach związanych z przepisywanymi przez nich lekami. Podobnie jak miliony innych osób wierzyliśmy, że leki mają jedynie leczyć ludzi, a nie powodować ich choroby. Kiedyś oboje moich dzieci tego samego dnia położyli się do łóżka z powodu żółtaczki. Byliśmy zaskoczeni, bo wiedzieliśmy, że żółtaczka nie jest chorobą zakaźną, która mogłaby dotknąć ich oboje razem. Dziś nie mogę nic zrobić, aby złagodzić wyrzuty sumienia, jak tylko ostrzec innych rodziców przed takimi niebezpieczeństwami.

W dzisiejszych czasach ze smutkiem obserwujemy, jak za pomocą słodkich piosenek i atrakcyjnych zdjęć popularyzuje się najniebezpieczniejsze narkotyki jako pożyteczne rzeczy, które można zażywać na co dzień. W niektórych krajach rzeczywiście

Machine Translated by Google

medycyna i farmacja stały się ogromnymi koncernami komercji i spekulacji.

Surowe odżywianie natychmiast położy kres używaniu wszelkiego rodzaju narkotyków, gdyż w przypadku braku chorób leki w naturalny sposób nie będą potrzebne. Choroby są produktami rozkładu żywności; można je zatem pokonać jedynie poprzez korektę naszej diety. Wszystkie nasze próby zwalczania chorób za pomocą leków są niezwykle niebezpiecznymi, bezsensownymi eksperymentami i skazanymi na niepowodzenie. Już ich opłakane skutki rzucają się nam w oczy.

Ciągle pojawiają się nowe rodzaje chorób; niewielki dolegliwości ustępują miejsca poważniejszym zaburzeniom. W rezultacie mężczyźni nieustannie opracowują nowe rodzaje serum i szczepionek, odkrywają coraz silniejsze antybiotyki i stopniowo wplątują się w labirynt błędów, powikłań i katastrof.

W dziedzinie nauk medycznych należy dokonać bezprecedensowej i zasadniczej zmiany. Wszyscy uczciwi i pełni ducha publicznego lekarze muszą natychmiast powstać i podjąć aktywne kroki, aby zapobiec zniszczeniu integralnego surowca przeznaczonego dla ludzkiej fabryki.

W opinii osób krótkowzrocznych jedzenie na surowo jest równoznaczne z jedzeniem na surowo powrót do prymitywnego życia człowieka prehistorycznego. W rzeczywistości nie ma większej hańby cywilizacji niż operacje gotowania i rafinacji. Zjadacz surowca jedynie rezygnuje z nieszczęść spowodowanych tak zwanymi chorobami cywilizacyjnymi i odmawia przekształcenia postępu technicznego, jakim obdarzyła go cywilizacja, w sposób niszczący czystość ludzkich surowców. W przeciwnym razie nie rezygnuje z wygody rozmowy telefonicznej, podróżowania samolotem czy przechowywania świeżych owoców w lodówce.

Przez stulecia ludzie byli tak ślepi i nieświadomi, że zawsze uważali spożywanie gotowanych posiłków za czynność naturalną. A teraz, gdy po raz pierwszy słyszą o jedzeniu na surowo, uważają to za coś dziwnego i dziwnego, podczas gdy w rzeczywistości to właśnie degeneracja naturalnych środków spożywczych poprzez gotowanie jest najbardziej

Machine Translated by Google

nienaturalne, dziwne i ciekawe, które należy zapisać w historii jako największe szaleństwo popełnione przez ludzi.

Prym wiodą jedzenie na ciepło i terapia lekowa
Rasa ludzka ku całkowitej zagładzie

Ziemię zamieszkiwało kiedyś wiele gatunków mamutów, które następnie uległy całkowitemu wyginięciu. W dzisiejszych czasach człowiek własnymi rękami stwarza tak niekorzystne warunki, że pewnego dnia wytępią go z powierzchni tej ziemi. Równolegle z procesem degradacji artykułów spożywczych wzrasta różnorodność i częstość występowania różnych chorób. Zanim przeminie wiele kolejnych pokoleń, ludzie będą umierać na choroby układu krążenia lub raka, zanim osiągną wiek dojrzewania i będą mieli możliwość rozwinięcia swoich zdolności prokreacyjnych. Na podstawie alarmującego tempa wzrostu tych chorób w ciągu ostatnich kilku dziesięcioleci łatwo przewidzieć, że jeśli ludzie nadal będą trwać w swoim szaleństwie, ten pamiętny dzień być może nie będzie odległy.

Naukowiec wskazujący korzyści płynące z jedzenia gotowanego jedzenia i leczenia farmakologicznego jest jak kupiec, który na skraju bankructwa z radością liczy swoje grosze, jednocześnie przymykając oczy na miliony strat, które patrzą mu w twarz. Ostateczny wynik każdego przedsiębiorstwa należy oceniać na podstawie jego końcowego bilansu. Zobaczmy, jakie korzyści i korzyści mógł uzyskać dla siebie cywilizowany człowiek dzięki odkryciom kuchni i medycyny w porównaniu z tymi, którymi cieszą się niezliczone ilości różnych zwierząt. Człowiek jest bardziej podatny na różne choroby niż jakakolwiek inna istota.

Po odkryciu witamin ludzie powinni byli na tyle bystrości, aby od razu dostrzec, że poprzez gotowanie niszczą w naturalnych środkach spożywczych te właśnie składniki, których brak przyspiesza jego koniec. Powinien był raz na zawsze położyć kres temu marnotrawstwu i chronić naturalną żywność przed degeneracją. Jednak urok gotowanej żywności jest tak wielki, że udaremnia wszelkie próby reform. Uzależnienie podbija naukę i ją zabiera

Machine Translated by Google

w swoje szpony. Tymczasem, wciąż lgnąc do gotowanej żywności, mężczyźni próbują wniknąć w tajemnice artykułów spożywczych, rozpoznać te składniki, które ulegają zniszczeniu podczas gotowania i przetwarzania, a następnie zastąpić je substancjami syntetycznymi. Czy nie jest głupotą spalić i zniszczyć własnoręcznie te istotne składniki, zachorować, stanąć na krawędzi grobu, a następnie podejmować beznadziejne próby ratowania się za pomocą zwodniczych środków? Musimy pamiętać, że te składniki nie ograniczają się do uznanych przez biologów Jest ich tak wiele, że przez tysiące lat nie będzie możliwe stworzenie dokładnego obrazu ich właściwości jakościowych i ilościowych. Załóżmy na chwilę, że pewnego dnia naukowcom uda się rozpoznać wszystkie ich odmiany. Następnie, aby sztucznie zastąpić składniki wyrzucone z samej pszenicy, potrzebne będą tysiące recept i preparatów dla każdego człowieka, nie mówiąc już o zaporowych kosztach z tym związanych.

Dzięki badaniom prowadzonym na poszczególnych odmianach owoców, warzyw i zbóż, biolodzy uzależnieni od żywności sami dowodzą, że naturalne produkty spożywcze mają właściwości lecznicze niemal na każdy rodzaj choroby. Ale ludzie nie chcą przyznać, że organizm ludzki pozostanie wolny od tych chorób, jeśli od dzieciństwa będzie karmiony wyłącznie naturalną żywnością. Już na samym początku myśl o powstrzymaniu się od gotowanego jedzenia pozbawia ich możliwości jasnego myślenia, a nauka ustępuje miejsca uzależnieniu

Lekarze nie mogą wykorzystywać naturalnych środków spożywczych jako jedynie tymczasowego środka terapeutycznego. Należy je uznać za jedyną dietę odpowiednią dla czł

Wielu postępowych lekarzy potępia terapię lekową. Niektórzy z nich są tak rozczarowani nieskutecznymi wynikami leczenia farmakologicznego, że porzucają praktykę lekarską i poświęcają się studiowaniu podstawowych problemów profilaktyki. Wśród nich jest słynny szwajcarski lekarz Bircher-Benner, na podstawie którego studiów niemieckich wprowadziłem kilka krótkich tłumaczeń do mojej ormiańskiej książki. Takim stał się Bircher Benner na początku swojej kariery lekar

Machine Translated by Google

rozczarowany dotychczasowymi metodami leczniczymi, że gdy przypadkiem zapoznał się z wartościami odżywczymi naturalnych produktów spożywczych, zaczął leczyć swoich pacjentów naturalnym żywieniem, bez użycia jakichkolwiek leków. Bardzo szybko duża liczba pacjentów, leczonych bezskutecznie przez różnych lekarzy na całym świecie, bez żadnych rezultatów, trafiła do jego sanatorium w Zurychu i w bardzo krótkim czasie uzyskała całkowite wyleczenie poprzez surowy weganizm.

Jednak Bircher-Benner uważał surową żywność za „środek terapeutyczny”, a nie jedyną dietę odpowiednią dla wszystkich istot. Tak jakby ludzie już od dzieciństwa byli zobowiązani odżywiać się nienaturalnymi pokarmami, a potem, gdy zachorowali, w podeszłym wieku leczyć się „dietą terapeutyczną”. Ale ten pozorny paradoks miał swoje określone przyczyny. Po pierwsze, nikt na świecie, nawet największy ekspert w dziedzinie surowego odżywiania, Bircher-Benner, nie zdaje sobie sprawy, że jedzenie gotowanych potraw jest uzależnieniem i że pragnienie, jakie ludzie odczuwają wobec gotowanej żywności, nie jest ani głodem, ani biologicznym zapotrzebowaniem organizmu. komórki.

Następnie, jako lekarz, Bircher-Benner został przeszkolony w zakresie leczenia istniejących chorób. Nikt nie płaciłby mu żadnych opłat ani nawet nie traktowałby go poważnie, gdyby publicznie opowiadał się za takim systemem żywienia, który uchroniłby ludzkość od wszelkich chorób.

Obecnie istnieją dwa przeciwstawne poglądy na temat żywienia. Jeden z nich opowiada się za jedzeniem na surowo, drugi za gotowanym; jedna z nich jest zwolennikiem weganizmu, druga preferuje dietę zwierzęcą. Nauka nie jest polityką. Człowiek mający błędne poglądy nie ma prawa narzucać niewinnym dzieciom swoich błędnych i szkodliwych poglądów. Naglącym żądaniem naszych czasów jest, aby te dwa punkty widzenia zostały zbadane w międzynarodowych kręgach naukowych i kulturalnych, aby ten, który jest błędny, został potępiony, a ten prawdziwy został ogłoszony opinii publicznej i wprowadzony w powszechną praktykę.

Na pierwszy rzut oka ci naiwni ludzie, którzy nie chcą wnikać w głębię problemu, myślą, że ideału odżywiania się na surowo nie da się szybko zrealizować i że mężczyźni nie będą zbyt gotowi porzucić swoje głęboko zakorzenione przekonania. nawyki. Ale to jest głos

Machine Translated by Google

uzależnienie, a nie nauka. Naukę należy jednak oddzielić od uzależnienia. Musimy najpierw przyznać, że surowce spożywcze są prawdziwymi i kompletnymi surowcami odpowiednimi dla organizmu ludzkiego, a potem niech ci, którzy chcą zdegenerować surowce siebie i swoich dzieci, robią to do woli.

W pierwszej kolejności należy wykorzystać doświadczenia zdobyte podczas odżywiania się na surowo, aby od razu skorygować fałszywe przekonania panujące w nauce o żywieniu, według których najbardziej niezbędne produkty spożywcze uważane są za szkodliwe, natomiast te naprawdę szkodliwe są zalecane jako zdrowy. Należy jasno zdać sobie sprawę, że bez wyjątku we wszystkich przypadkach, w których surowe produkty spożywcze są zakazane osobom słabym, chorym, cierpiącym na zaburzenia żołądkowe i inne dolegliwości, to właśnie te zakazane produkty spożywcze leczą, podtrzymują i wzmacniają pacjentów .

W takich przypadkach nie chodzi już o przełamanie złego nawyku. Wręcz przeciwnie, pacjent prosi teraz o owoc, ale my odmawiamy; ma dość gotowanego jedzenia, ale namawiamy go, żeby zjadł trochę więcej; wyrywamy dziecku owoc z ręki i wpychamy mu do gardła ugotowany posiłek. Innymi słowy, przyspieszamy ich koniec, zmuszając ich do jedzenia tego samego pokarmu, który był przyczyną ich chorób i niezdolności do pracy. Samo skorygowanie tego rodzaju nieporozumień zmniejszy liczbę przedwczesnych zgonów o 50 procent.

Aby przekonać się o prawdziwości tych stwierdzeń tam nie ma innego sposobu, jak tylko wprowadzić w życie surowe odżywianie przez kilka miesięcy i każdy rozsądny człowiek powinien wypróbować ten eksperyment. W ten sposób położy się ostateczny kres istniejącym błędnym i sprzecznym poglądom na temat żywienia.

W świetle surowego jedzenia nie ma już podstawowych zasad żywienia ograniczać się do uniwersytetów i instytutów badawczych; stają się raczej kwestiami o pierwszorzędnym znaczeniu dla całej ludzkości. Dla normalnych ludzi naukowe nazwy tysięcy produktów spożywczych, ich skomplikowane receptury oraz długie i męczące opisy ich właściwości odżywczych i rzekomych korzyści można podsumować w trzech

Machine Translated by Google

tylko słowami: RAW VEGAN FOOD, czyli kompletny surowiec dla ludzkiego organizmu.

W ten sposób surowe jedzenie staje się ideałem niezależnym od medycyny, ideałem, który można wytłumaczyć nie naukowymi formułami, ale logiką, której dowodem są niepodważalne prawa natury i podstawowe wyniki uzyskane z podstawowego doświadczenia.

Nigdy nie wolno nam zakłócać integralności ludzkiego surowca Materiały

Organizm ludzki to skomplikowana fabryka. Jeszcze bardziej trafnie można go uznać za ogromny świat fabryk i systemów w tym sensie, że każda komórka rozpatrywana z osobna jest sama w sobie skomplikowaną fabryką, która z kolei składa się z wielu innych fabryk. Do chwili obecnej naukowcom udało się odkryć aż dziesięć tysięcy części w każdej komórce. Każdy gruczoł lub narząd składa się z miliardów takich komórek i to z połączenia tych gruczołów, narządów, układów, szkieletu i skóry powstaje ludzkie ciało.

Aby te wysoce skomplikowane fabryki i systemy mogły właściwie spełniać swoje funkcje, muszą być zaopatrzone w surowce zawierające dziesiątki tysięcy różnych substancji, z których każda ma swoje szczególne zadanie do spełnienia w ogólnej organizacji organizmu ludzkiego. Wszystkie te substancje powstają przy pomocy światła słonecznego i są skoncentrowane w roślinach. Na przykład ziarno, liść lub ziarno kukurydzy zawiera w sobie wszystkie składniki odżywcze niezbędne dla organizmu zwierzęcego. Choć składniki te różnią się w różnych roślinach składem i rozmieszczeniem, nie ma to większego znaczenia, gdyż po wprowadzeniu do organizmu ulegają rozkładowi i ponownej syntezie, podczas której jedna substancja ulega przemianie w drugą. Organizm jest zatem w stanie zmieniać ilości poszczególnych składników w zależności od swoich potrzeb, jednak w przypadku braku określonego pierwiastka chemicznego nie jest w stanie sprowadzić tego brakującego pierwiastka do wnętrza organizmu ani zastąpić go innym pierwiastkiem.

Machine Translated by Google

Na przykład w laboratorium nie udało się odkryć w koniczynie dużych ilości wapnia, witamin czy białek, a przecież to z koniczyny i z jeszcze pospolitszych traw zwierzęta pobierają wszystkie witaminy i sole mineralne i budują swoje masywne kości , mięso i tłuszcz. Innymi słowy, zamiast mleka, masła, sera, mózgów, wątroby i mięsa, które osoby krótkowzroczne polecają jako źródła wapnia, fosforu, witamin i „w pełni zbilansowanych" białek, można zastosować samą koniczynę. zalecane, gdyż to z koniczyny pochodzą wszystkie te substancje. Dlatego zupełnie bezsensowne, bezwartościowe, a nawet szkodliwe jest twierdzenie, że taki a taki środek spożywczy jest bogaty w jakąś witaminę, a inny w konkretny minerał, bo poza wprowadzaniem ludzi w błąd i dezorientacją, takie twierdzenia nie służą jakikolwiek pożyteczny cel.

Do głównych funkcji składników odżywczych w organizmie należą: potrójny. Przede wszystkim służą jako materiał budowlany do budowy i odnowy komórek; następnie wytwarzają energię niezbędną do wprawienia tych komórek w ruch i ogrzania organizmu, a na koniec zaopatrują wyspecjalizowane komórki w surowce potrzebne do ich produktywnej działalności.

Koniecznie powinniśmy dbać o swój organizm z taką samą troską, z jaką producent dba o swoją fabrykę. W związku z tym, aby powyższe potrójne funkcje mogły działać, musimy dostarczać naszemu organizmowi wszystkie niezbędne składniki odżywcze jako integralną całość i w takich samych zrównoważonych proporcjach, jakie przedstawia nam natura. W przeciwnym razie, w przypadku niedoboru któregoś ze składników, fakt ten nieuchronnie będzie miał niekorzystny wpływ na budowę i pracę organizmu.

Ale jak współczesny cywilizowany człowiek traktuje własne ciało? Rozprasza, pali, zabija i narusza integralność swoich surowców, a następnie na chybił trafił napełnia swój żołądek martwymi i trującymi zwłokami. W ten sposób spożycie określonego składnika może setki razy przekroczyć normalne zapotrzebowanie organizmu, czemu towarzyszyć będzie niedobór innego składnika.

Machine Translated by Google

Z gotowanego mięsa, białego chleba, makaronów, ryżu, słodyczy, klarowanego masła i margaryny powstają niezdolne, pasożytnicze komórki o dość prostej budowie, pod ciężarem którego ugina się nałogowiec. Naukowcy z łatwością udowodnią, że 50, 100 czy 200 lat temu ludzkim niedyspozycjom towarzyszyła najczęściej nadmierna szczupłość. W tamtych czasach człowiek miał większą siłę oporu, a organizm ludzki był w stanie wytrzymać nienaturalne środki spożywcze i zapobiec przedostawaniu się ich w nadmiernych ilościach poprzez utratę apetytu, biegunkę, wymioty i inne tego typu środki. Jednak z biegiem czasu organizm ludzki ugina się pod naporem zdegenerowanych pokarmów, "adoptuje się" do nich i pozwala na nieustającą pulchność swoich dzieci i pucołowatość ich twarzy. Ci ludzie jako pierwsi zbudowali, a następnie utrzymywali proste, bezwartościowe, nieaktywne komórki odpowiadające ich własnej strukturze. Dlatego dziś szczupłość jest już mniej powszechna, a świat jest pełen brzydkich, nienaturalnych korpulentów.

Dziś wiele dzieci rodzi się ze strasznym ciężarem bezwartościowości i nieaktywne komórki. Ich naiwni rodzice są dumni z pulchności swoich dzieci i pucołowatych twarzy. Czasami ta pulchność ma tak ogromne rozmiary, że przeraża tych, którzy rozumieją jej prawdziwą naturę. A jednak głupi ludzie przedstawiają te potworności na opakowaniach żywności dla dzieci jako niezawodną oznakę dobrego zdrowia.

Organizm ludzki dokłada wszelkich starań, aby zapanować nad nadmiernym wzrostem liczby pasożytniczych i bezużytecznych komórek, rozprowadzając je po wszystkich wolnych częściach ciała: na kończynach górnych i dolnych, w okolicy brody, pod skórą brzucha i biodra, i gdzie indziej. Zdarza się jednak, że czasami niektórym z tych komórek udaje się wyrwać z tej kontroli, oddzielić się od życia wspólnotowego, usamodzielnić się, rozpocząć indywidualną egzystencję i rozmnażać się bez ograniczeń. Bardzo często organizmowi udaje się utrzymać grupy tych komórek w jednym miejscu i zapobiegać ich rozprzestrzenianiu się. Powstały w ten sposób narośl nazywa się „nowotworem łagodnym” lub „nowotworem łagodnym” i należy go odróżnić od narośla, który swobodnie rozgałęzia się do różnych części c

Machine Translated by Google

aby odżywiać się białkami (zwłaszcza białkami zwierzęcymi), co jest znane jako „nowotwór złośliwy” lub po prostu rak.

Należy podkreślić, że gotowanie nie jest jedynym czynnikiem powodującym utratę wartości odżywczych artykułów spożywczych. Biała mąka i ryż polerowany są szkodliwymi produktami spożywczymi, nawet jeśli są spożywane na surowo. Nawet suszona słoma nie jest doskonałym pożywieniem, mimo że jest w stanie utrzymać przy życiu żywą istotę. Idealnym pożywieniem mogą być łodygi pszenicy wraz z kłosami, jeśli są spożywane latem na zielono, a zimą na sucho. Dla krów i owiec pospolita trawa w górach nie może być uważana za doskonałe pożywienie. Zwierzęta te przeszły ewolucję w wolnej przyrodzie, żywiąc się jednocześnie trawami, liśćmi, owocami i warzywami. Dlatego też szczególne przypadki chorób zdarzają się wśród zwierząt, którym za sprawą człowieka odmówiono pożywienia odpowiadającego potrzebom ich komórek. Niemniej jednak narządy zwierząt żywiących się najpospolitszymi trawami nigdy nie są narażone na takie niebezpieczeństwa jak ludzkie; ani też mikroby nie są dla nich tak groźne jak dla nas, z tego prostego powodu, że nie mają kuchni. Czy nie byłoby możliwe nadanie komórkom nowotworowym wysokich cech, jakie posiadają komórki normalne i przywrócenie ich na łono społeczeństwa poprzez spożywanie owoców, które wprawdzie są ubogie w białka, ale bogate w witaminy i inne składniki organizmu? najwyższą wartość odżywczą, wówczas żaden lek na świecie nigdy nie będzie w stanie spełnić tego zadania. Wszelkie próby wyleczenia raka za pomocą leków i operacji są całkowicie daremne i skazane na całkowitą porażkę. Jednak rozważny człowiek nigdy nie powinien cierpieć na raka, jeśli nie naruszy integralności swoich surowców.

W ten sposób komórki powstałe z kurczaka i ryżu, zupy, pieczonej wątroby, chleba z masłem, miodu, dżemu i słodyczy są pozbawione zdolności do wykonywania jakiejkolwiek użytecznej pracy. Aktywne, wyspecjalizowane i całkowicie zdrowe komórki ludzkiego ciała rodzą się wyłącznie z surowych owoców i warzyw; innymi słowy, tych białek, które wprowadzają do ludzkiego organizmu tysiące różnych składników odżywczych w ich naturalnym i żywym stanie, a które osoba uzależniona od jedzenia raczy się czasami spożywać jako swego rodzaju „nieodżywczy” luksus. Teraz wszyscy powinni

Machine Translated by Google

móc zdać sobie sprawę z ogromu zbrodni popełnionej przez rodzica, który każe dziecku nie psuć apetytu owocami przed obiadem, bo niedługo musi zjeść. Jest to równoznaczne z powiedzeniem mu, aby nie spożywał tysięcy różnych surowców niezbędnych dla jego organizmu w stanie naturalnym i żywym, lecz aby poczekał na martwe i pozbawione życia zwłoki kilku z nich, które ona mu poda wkrótce w formie posiłku.

Osoby jedzące gotowane potrawy są szczęśliwe na myśl, że spożywane przez nich produkty są bogate w kalorie. Kalorie mogą być przydatne tylko wtedy, gdy zostaną w pełni wykorzystane. Gdy liczba komórek mięśniowych jest niewielka, a nawet te są słabe, chore i pozbawione elastyczności, większa część kalorii pozostaje niewykorzystana i po spowodowaniu znacznej ilości kłopotów w organizmie, opuszcza organizm w postaci niepożądanych ciepło i są tracone bez celu. Kiedy rozpalamy ogień na świeżym powietrzu, energia tego ognia jest bezużytecznie tracona, ale kiedy palimy ten ogień w silniku fabryki, w pełni spełnia on swój cel. Za pomocą gotowanej żywności osoba uzależniona od jedzenia wprowadza do swojego organizmu kalorie trzy lub czterokrotnie przekraczające zapotrzebowanie funkcjonalne organizmu. Kalorie uzyskane z surowych produktów spożywczych w pełni spełniają swoje zadanie, ponieważ zawierają one wszystkie czynniki niezbędne do wykorzystania tych kalorii.

Obowiązkiem biologów i lekarzy powinno być zachęcanie ludzi, aby nie oddzielali składników odżywczych od siebie, ale zawsze spożywali je razem, w naturalnie zrównoważonych proporcjach i z żywymi komórkami. Nigdy nie powinni mówić o przydatności poszczególnych składników odżywczych, ale powinni podkreślać ich niezbędność; tak jak uważamy czystość benzyny nie tylko za przydatną dla samolotu, ale za niezbędną. Nigdy nie powinni mówić o zaletach jakichkolwiek konkretnych witamin, ale powinni kłaść nacisk na niebezpieczeństwa związane z naruszeniem ich integralności i zniszczeniem.

Machine Translated by Google

Ogólnie rzecz biorąc, całą naukę o żywieniu można streścić w dwóch głównych punktach, które stanowią przedmiot zainteresowania całej ludzkości:

1. Pożywienie człowieka powinno składać się wyłącznie z żywych komórek. Tylko te środki spożywcze składające się z żywych komórek posiadają wszystkie cechy niezbędne do zaspokojenia potrzeb organizmu ludzkiego. Człowiek nie jest nekrofagiem. Nie mógł być bardziej mięsożerny niż złapać muchę w powietrzu i połknąć ją żywcem albo rozerwać ofiarę na kawałki jak dziką bestię i pożreć ją ze wszystkimi wnętrznościami i kośćmi.

2. W przyrodzie występują zarówno pospolite, jak i wybrane ciała roślinne. Najdoskonalsze i najbardziej odżywcze organizmy roślinne to lepsze odmiany owoców, zielonych warzyw, zbóż i korzeni.

Jedząc gotowane jedzenie, człowiek zamyka swój apetyt trzema z czterech odmian zdegenerowanych substancji i pozbawia swój organizm tysięcy innych niezbędnych składników. Uderzającym dowodem tej tezy jest fakt, że wśród tysięcy recept lekarskich trudno znaleźć taką, w której nie jest wymieniona ta czy inna witamina, ale rzadko spotyka się receptę, w której wymienione są nazwy białek, tłuszczów i węglowodanów.

Krótko mówiąc, człowiek cieszy się doskonałym zdrowiem, gdy żywi się wyłącznie surową wegańską żywnością, choruje w takim stopniu, w jakim spożywa gotowaną żywność, i umiera, utrzymując się wyłącznie na takiej diecie.

Jak rodzą się choroby

Weźmy gruczoł składający się z miliardów komórek. Komórki te są różnego rodzaju, a każda z nich ma swoją szczególną funkcję lub obowiązek do wykonania. Istnieją zatem komórki mięśniowe i komórki nabłonkowe, a także komórki nerwowe i komórki służące do wielu innych celów. Jednak główną funkcją komórek dowolnego gruczołu jest wydzielanie płynów.

Gruczoły człowieka spożywającego gotowane jedzenie mają pełny zestaw komórek, może nawet więcej, ale tylko jedna czwarta lub jedna piąta z nich nadaje się do jakiejkolwiek pożytecznej pracy, i to niezupełnie. Białko

Machine Translated by Google

samotnie, zwłaszcza martwe białko zwierzęce, które przez krótkowzrocznych ludzi jest uważane za doskonały budulec, może co najwyżej powołać do istnienia jedynie najprostszą strukturę bezkształtnej, niezdolnej i bezużytecznej komórki prymitywnego typu. Komórki te swoją budową przypominają organizmy prymitywne o najbardziej elementarnym charakterze, które po raz pierwszy pojawiły się na Ziemi w najwcześniejszych stadiach rozwoju ewolucyjnego i które zbudowane były z najpowszechniejszego materiału budowlanego: białek, tłuszczów i węglowodanów.

Jednakże w ciągu następnych milionów stuleci te prymitywne organizmy jednokomórkowe przeszły długi proces ewolucyjny za pomocą substancji odżywczych najwyższej jakości, a mianowicie znanych i nieznanych nam witamin i minerałów.
Podczas tej ewolucji rozwinęły się i dały początek różnym, bardziej złożonym organizmom. Możemy zobaczyć krótkie podsumowanie tego historycznego rozwoju organizmów w zarodku zwierzęcia, od momentu zapłodnienia do pełnego rozwoju. Ten sam proces powtarza się podczas rozwoju poszczególnych komórek ludzkich.

W danym gruczole każda wyspecjalizowana komórka posiada określone mechanizmy, które można zorganizować i zmusić do nabycia zdolności do aktywnej pracy jedynie poprzez dostarczenie specjalnych składników odżywczych Obecnie surowce niezbędne do produktywnych funkcji tych mechanizmów mogą zapewnić wyłącznie surowe produkty spożywcze. Żadna pszczoła nie jest w stanie wyprodukować miodu z nektaru gotowanych kwiatów!

Jeśli specjalne składniki nie dotrą do komórki w wystarczającej ilości, jej rozwój spowalnia lub może nawet zostać zatrzymany. Daje to początek różnym chorym komórkom, takim jak komórki tłuszczowe, anaplastyczne, złośliwe lub nowotworowe, makrofagi, megakariocyty, polikariocyty i tak dalej.

Zatem nie tylko większość komórek danego gruczołu nie osiągają specjalizację (różnicowanie), ale także surowce niezbędne do wydzielania płynów nie docierają do nielicznych komórek, które zachowały jeszcze zdolność do pracy, w wyniku czego gruczoł nie jest w stanie utrzymać prawidłowego poziomu produkcji. W ten sposób działa gruczoł

Machine Translated by Google

dotknięty chorobą. Niezadowalający rozwój i nieprawidłowe funkcjonowanie komórek może wystąpić także we wszystkich innych narządach i układach, co skutkuje pojawieniem się odpowiednich chorób.

Czasami dany gruczoł lub narząd ulega uszkodzeniu do tego stopnia że jego usunięcie stanie się nieuniknione. Zamiast zastosować najbardziej naturalne środki, aby przede wszystkim zapobiec zniszczeniu tego narządu, ludzie zadają sobie największy trud, aby go usunąć, a potem szczycą się dokonaniem takiego cudu. Dla surowego weganina jest całkiem jasne, że żaden lek nie jest w stanie przywrócić zdegenerowanej komórki do normalnego stanu i właściwej zdolności do pracy.

Zjadacz surowego nie boi się drobnoustrojów, ponieważ jest chroniony przeciwko nim siłami natury. Drobnoustroje nie mogą uszkodzić w pełni rozwiniętych i wyspecjalizowanych (zróżnicowanych) komórek. Sieją spustoszenie na słabych i delikatnych komórkach.

W rzeczywistości zjadacz ugotowanych potraw zawdzięcza swoje istnienie tym nielicznym surowym pożywieniom, które czasami zjada jedynie dla przyjemności, nie biorąc pod uwagę ich pełnego znaczenia. Ponieważ organizm ludzki może utrzymać się przy niewiarygodnie małej ilości pożywienia, te niewielkie ilości surowych składników odżywczych wystarczą, aby utrzymać go przy życiu przez jakiś czas.

Dzisiaj, nawet najwięksi eksperci w dziedzinie żywienia, za jedyne wady artykułów spożywczych uważa się zazwyczaj gnicie i zanieczyszczenie. Za pożywne, zdrowe i normalne uważają całą żywność, która jest świeża, czysta i „dobrze ugotowana". Brak w nich tysięcy niezbędnych składników nie wydaje się ich wcale niepokoić. Kiedy im się o tym przypomina, odpowiadają, że też jedzą owoce. To jest najbardziej bezsensowna odpowiedź. Choroby organizmu ludzkiego mają swoje źródło w tym, że oddzielamy od siebie składniki odżywcze, a następnie, niejako przez przypadek, spożywamy je oddzielnie, bez odpowiedniego planu.

Wartości odżywczej produktów spożywczych należy szukać nie w ich odmianie spożywanej żywności, ale w różnorodności jej składników

Machine Translated by Google

te artykuły spożywcze. Najpospolitsza trawa sama w sobie jest bogatsza w ilość składników odżywczych i cały zbiór mnogości dań serwowanych na najbardziej wystawnych bankietach. Taki jest werdykt nauki.

Odbywają się liczne konferencje medyczne poświęcone profilaktyce chorób, podczas których po wielogodzinnych dyskusjach na tematy drugorzędne czołowi przedstawiciele nauk medycznych gromadzą się przy bogato udekorowanych stołach na kolacje. Następnie ignorując podstawowe i w pełni zbilansowane pożywienie, które powstaje w cudownym laboratorium natury dla zapobiegania chorobom i które zawiera tysiące żywych substancji, zapełniają się naczyniami zdegenerowanymi i martwymi zwłokami. Co gorsza, wielu z nich, uznając naturalne składniki odżywcze za niezbyt istotne, uzupełnia swój program odżywiania kawą i papierosami. Niech lekarze wybaczą mi to zaostrzenie, ale po chwili zastanowienia z pewnością zgodzą się ze mną, że nie jest to właściwy system żywienia i że najwyższy czas poważnie rozważyć wprowadzenie zasadniczej zmiany w obecnych błędnych zwyczajach żywienia.

W pewnym okresie w niektórych krajach azjatyckich przestępcy skazani na śmierć żywili się wyłącznie gotowanym mięsem. Zwykle umierały w ciągu 28-30 dni, natomiast w przypadku całkowitego wygłodzenia człowiek może przeżyć nawet 70 dni. Oznacza to, że gotowane mięso nie tylko jest kiepskim artykułem spożywczym, ale wraz z wytwarzanymi przez niego toksynami jest tak naprawdę trucizną, która zabija człowieka w stosunkowo krótkim czasie.

Powszechnie wiadomo, że osoby spożywające nadmierną ilość ryżu polerowanego zapadają na beri-beri, która powoduje śmierć pacjenta po zadaniu mu ogromnego cierpienia. Być może najważniejszym objawem beri-beri jest zapalenie wielonerwowe, ale nie jest to jedyny objaw tej choroby; to tylko jeden z wielu objawów. Niedobór witaminy B1 nie jest też jedyną przyczyną tej choroby, jak się powszechnie uważa. Ryż polerowany nie zawiera żadnych znanych i nieznanych witamin. Biały chleb i ogólnie wszystkie przetwory

Machine Translated by Google

z białej mąki mają dokładnie takie same właściwości jak ryż polerowany. To samo dotyczy sztucznego cukru i klarowanych tłuszczów, które są przedstawicielami tylko jednego lub drugiego z tysięcy składników odżywczych.

Powyższe produkty spożywcze, stanowiące podstawę diety zjadacza gotowania, są głównymi czynnikami powodującymi śmierć, tyle że zabijają człowieka pod przykrywką biegunki, chorób zakaźnych, reumatyzmu, dny moczanowej, stwardnienia rozsianego, cukrzycy, udaru, raka i licznych inne choroby. Czasami zabijają w wieku zaledwie roku, innym razem w wieku pięciu, 10, 50 lub 70 lat, w zależności od względnych proporcji dwóch kategorii spożywanych artykułów spożywczych (żywność gotowana i surowe produkty odżywcze) oraz stopnia dziedzicznego opór przekazywany danej osobie.

W wyniku nieprawidłowego odżywiania wiele matek nie ma obecnie mleka do karmienia swoich dzieci, dlatego niektóre z nich karmią swoje dzieci mlekiem w proszku, ciastkami, białym pieczywem i herbatą. Całkiem naturalnie dziecko zaczyna być wyniszczone i wychudzone. Szpitale dziecięce i domy dziecka na całym świecie są pełne takich pacjentów.

Wystarczy dać takim dzieciom tylko dwie szklanki soku owocowego codziennie, aby w ciągu dwóch tygodni mogli całkowicie odzyskać zdrowie. Ale dietetycy uzależnieni od jedzenia, ignorując potrzebę owoców, przeprowadzają najróżniejsze bolesne eksperymenty na wyniszczonym ciele dziecka, a po wydobyciu z niego ostatnich kropli krwi próbują karmić go suszonym mlekiem, ekstraktami mięsnymi , sztuczne witaminy i różne leki. Innymi słowy, lekceważąc harmonijną równowagę składników odżywczych hojnie dostarczonych przez naturę, zaczynają przeprowadzać eksperymenty na wychudzonym ciele tego dziecka za pomocą kilku składników, o których uzyskali fragmentaryczną wiedzę w swoich laboratoriach. Jeśli to dziecko w jakiś sposób nie otrzyma żadnego naturalnego pożywienia, z pewnością umrze, a takie śmierci rzeczywiście zdarzają się w tysiącach. Ale co jest jeszcze straszniejsze, wielu naiwnych dietetyków nie pozwala takim dzieciom jeść surowych owoców w przekonaniu, że ich słabe żołądki nie będą w stanie ich strawić lub w najlepszym przypadku pozostawiają kwestię owoców decyzji rodziców. rodzice dzieci, dot

Machine Translated by Google

ją jako niepotrzebny luksus o mniejszym znaczeniu. Świadczy o tym fakt, że w wielu szpitalach znajdziesz mięso, ciastka, mleko w proszku, cukier, herbatę, margarynę, ryż, białe pieczywo, sztuczne witaminy i leki tyle, ile chcesz, ale nie zobaczysz ani jednego urządzenia do wyciskania owoców soki, a zakup owoców nie jest nawet obowiązkowy. Z takich szpitali wywożono zwłoki kilkudziesięciu dzieci, ale nikt nie chce obarczać odpowiedzialnością za te zgony nienaturalnego systemu żywienia.

Apeluję do humanitarnych uczuć wszystkich lekarzy. Niech poważnie rozważą tę sprawę. Pytam wszystkich wykładowców uniwersyteckich oraz wszystkie odpowiedzialne organy i ministerstwa zdrowia w każdym kraju na świecie, czy troszczą się o zdrowie i dobro swoich obywateli, czy nie. Jeżeli tak, muszą niezwłocznie przystąpić do pracy. Moje stwierdzenia nie są jedynie hipotezami, ale niezaprzeczalnymi faktami, które przedstawiam czytelnikowi nie w wyniku eksperymentów na świnkach morskich, ale na żywym przykładzie mojej rodziny i mnie.

Najlepszym sposobem zapobiegania i leczenia chorób, a jednocześnie podnoszenia poziomu życia, jest wydzielenie przez każde ministerstwo zdrowia znikomego budżetu na utworzenie wydziałów informacyjnych, którego wyraźnym celem jest zwrócenie uwagi mas szkody wyrządzane przez gotowanie, a także żywność pozbawioną witamin, zwłaszcza biały chleb, ryż, mięso, tłuszcze klarowane, cukier, herbatę, kawę, napoje alkoholowe i bezalkoholowe. Powinni wówczas przekonać ludzi do maksymalnego ograniczenia spożycia gotowanej żywności i stopniowej zmiany nawyków żywieniowych.

Naturalnie, ponieważ nie wszyscy ludzie są rozsądni, nie jest możliwe, aby wszyscy od razu stali się zjadaczami surowego pożywienia, ale istotne jest, aby ludzie od najmłodszych lat zaznajamiali się z właściwymi składnikami swojego ciała, aby uwolnili się od błędnych i niebezpiecznych uprzedzeń i powinien zdać sobie sprawę, że to nie rosół, ryż, kotlety, jajka i stek wołowy dają im i ich dzieciom zdrowie i siłę, ale kiełki pszenicy, marchewki, pomidory, orzechy, winogrona itp. Weźmy mój własny przypadek na przykład w wyniku jedzenia mięsa i innych gotowanych potraw przez 52 lata straciłem wszystkie siły i mogłem

Machine Translated by Google

nie wchodź po dwa stopnie bez uczucia zadyszki; ale dzisiaj, po ośmiu latach powstrzymywania się od gotowanego jedzenia, mogę z największą łatwością biegać po górach.

Nie wiem, na jakiej podstawie naukowej obecnie w wielu domach dziecka i żłobkach udostępnia się dzieciom pudełka z ciastkami, aby mogły sobie pomóc, kiedy tylko mają na to ochotę.
Pudełka z tymi szkodliwymi substancjami należy zastąpić koszami ze świeżymi owocami, marchewką, ogórkami i pomidorami latem, a zimą z suszonymi owocami, z których dzieci powinny móc jeść swobodnie i tyle, ile chcą, o każdej porze dnia. Wtedy wszyscy zobaczą, jak zgodnie z prawami natury dzieci automatycznie zaczną spożywać owoce zamiast zdegenerowanej żywności, zapewniając w ten sposób własne zdrowie.

System żywienia na surowo powinien zostać przyjęty w szpitalach wszystkich rodzajów pacjentów i społeczeństwo powinno zostać poinformowane o uzyskanych wynikach. Bardzo pożyteczne reformy można wprowadzić w restauracjach publicznych. Nie pozbawiając całkowicie osób uzależnionych od jedzenia „przyjemności" gotowanych posiłków, choć na razie zabójczych, można zmniejszyć ich ilość o co najmniej 50 procent i zastąpić straty świeżymi sałatkami i surowymi kompotami oraz liczne odmiany sezonowych owoców. W ten sposób posiłki staną się nie tylko bardziej urozmaicone i przyjemne, ale także wzmocnione zostanie zdrowie ludzi i zostaną osiągnięte znaczne oszczędności w gospodarce publicznej.

Kiedy społeczeństwo zapozna się ze szkodami wyrządzanymi przez gotowaną żywność, będzie próbowało ich unikać. Znajdzie się także wielka liczba rozsądnych ludzi, którzy zagłuszając głos swojego uzależnienia, pójdą za naszym przykładem i poprzez praktykę całkowitego odżywiania się na surowo zapewnią doskonałe zdrowie sobie i swoim rodzinom. Ludzie, którzy stracili wszelką nadzieję na wyzdrowienie lub zostali oszpeceni nadnaturalną otyłością, zdadzą sobie sprawę, że poprzez ścisłe przestrzeganie surowego odżywiania, w ciągu zaledwie kilku miesięcy będą w stanie osiągnąć zdrowie, o jakim zawsze marzyli.

Machine Translated by Google

Ludzie publikują wiele książek, aby wykazać działanie terapeutyczne właściwości poszczególnych owoców i warzyw, takich jak winogrona, daktyle, jabłka, organy, cebula czy rzodkiewka i opracowując specjalne metody ich spożywania, starają się nadać tym operacjom pozory postępowań naukowych. Tak naprawdę wszystkie jadalne odmiany surowych roślin są doskonałymi składnikami odżywczymi i mają te same właściwości. Bez względu na to, na jaką chorobę cierpi dana osoba, zaspokajają potrzeby organizmu, regulują funkcje narządów, przywracają zdrowie pacjenta. Informacje o takich prawdach powinny być udostępniane społeczeństwu bezpłatnie, gdyż nieludzkie jest otrzymywanie jakichkolwiek pieniędzy za takie porady.

Dietetyka zjadacza gotowanych potraw jest pełna fatalnych sprzeczności. W wielu przypadkach szkodliwe produkty spożywcze są zalecane jako przydatne, podczas gdy te całkiem niezbędne są przedstawiane jako szkodliwe i surowo zabronione. Dzieje się tak dlatego, że doświadczenie osób jedzących gotowane opiera się na bezpośrednich, oczywistych i sprzecznych skutkach artykułów spożywczych oraz na błędnych obliczeniach dokonanych w laboratorium. W wyniku tych sprzecznych i błędnych obliczeń giną miliony niewinnych ludzi.

Najbardziej niezawodnym przewodnikiem jest podstawowe i doskonałe doświadczenie zjadacza surowego, w wyniku którego wszystkie błędy, sprzeczności i nieporozumienia istniejące w medycynie w ogóle, a w dietetyce w szczególności, wychodzą na światło dzienne i raz poprawione dla wszystkich. Należy mnożyć przykłady tego doświadczenia i zaznajomić całą ludzkość z uzyskanymi wynikami.

Najgorszym przestępstwem jest przyzwyczajanie noworodka do gotowanych potraw

Kiedy dla wszystkich staje się jasne, że jedzenie gotowanych potraw jest nienaturalnym nawykiem, przyczyną wszystkich ludzkich chorób i że jest to nałóg tak straszny, że gdy człowiek wpadnie w jego bezlitosny uścisk, ofiara rzadko jest w stanie się uwolnić ponownie wyrwać się z jego szponów. Jakie prawo ma rozsądny człowiek wprowadzać to do organizmu człowieka

Machine Translated by Google

niewinne nowo narodzone dziecko z jej własnych rąk? Jakie ma prawo niszczyć narządy swojego małego dziecka przez żywność, która została spalona, zniszczona, zabita w ogniu? Czy nie jest to najbardziej bezlitosna ze wszystkich zbrodni, czy w istocie nie jest to zabójstwo, brutalne morderstwo? Ja sam w ten sposób zabiłem dwójkę moich ukochanych dzieci i zdaję sobie sprawę z ogromu zbrodni.

W rzeczywistości wszyscy rodzice uzależnieni od jedzenia to dzieciobójstwa. W teraźniejszości wieku nikt nie umiera śmiercią naturalną. Wszystkie zgony są skutkiem chorób wywołanych gotowanymi posiłkami, a osobami, które uczą dzieci jeść gotowane jedzenie, są ich rodzice. Rodzice zjadający gotowane potrawy muszą w pełni zdać sobie sprawę, że odpowiedzialność za każdą chorobę i zaburzenie u ich dzieci spoczywa wyłącznie na ich barkach. Muszą jak najpoważniej rozważyć tę kwestię, zanim nadal będą trwać w swoim zwykłym błędnym postępowaniu. Podstawę każdego nowotworu lub udaru serca kładzie się na pierwszym kęsie ugotowanego jedzenia podanego dziecku, nawet jeśli choroba ujawnia się w najbardziej zaawansowanym wieku.

Można postawić tezę, że dorosłemu człowiekowi trudno jest całkowicie pozbawić się gotowanego jedzenia. W takim razie niech w takim razie trwają w swoich zgubnych nawykach, do woli. Ale co ich zmusza do spalenia integralnych surowców niemowlęcia, zniszczenia, pozbawienia ich najważniejszych składników, przekształcenia ich w szkodliwe substancje, a następnie oddania ich dziecku? Trzeba z całą pewnością położyć kres temu nieludzkiemu postępowaniu wobec niewinnych dzieci, temu barbarzyństwu.

Nie ma żadnej reguły nauki, która zabraniałaby rodzicowi podawania dziecku kiełków pszenicy zamiast białego chleba, polerowanego ryżu lub makaronu; świeże soki z marchwi, pomarańczy, winogron i jabłek zamiast mleka w proszku; surowe owoce zamiast kompotu; orzechy włoskie, migdały, kiełki fasoli i grochu zamiast mięsa i tłuszczów. Jedząc surową żywność, dziecko cieszy się zdrowym, szczęśliwym i długim życiem, natomiast dieta alternatywna prowadzi go do chorób i przedwczesnej śmierci. Możesz być pewien, że dziecko całą duszą pragnie surowego jedzenia. Żąda, aby surowce otrzymał w stanie nienaruszonym i ma do nich niepodważalne prawo.

Machine Translated by Google

Lekarz lub rodzic, który nie jest pozbawiony zdrowego rozsądku i sumienia, powinien bez najmniejszego wahania postąpić odpowiednio.

Kiedy w wieku trzech lub czterech miesięcy zaczynają się narządy dziecka na nieprawidłowe funkcjonowanie krótkowzroczny lekarz przepisuje dwa lub trzy rodzaje sztucznych witamin zamiast tysięcy substancji spalonych w ogniu lub co najwyżej zaleca jako lekarstwo kilka odmierzonych łyżek owoców sok, uspokajając w ten sposób sumienie swoje i rodziców dziecka. Dlaczego dziecko miałoby cierpieć na niedobór witamin, skoro matka swoimi rękami nie niszczy witamin zawartych w naturalnych produktach spożywczych?

Zamknijmy na chwilę oczy i wyobraźmy sobie w całej okazałości cud, jakiego dokonuje natura. Gdy tylko przez usta wprowadzimy do fabryki ludzkiego ciała pojedyncze ziarno pszenicy, organizm pobiera to ziarno, rozkłada je i rozprowadza po całym organizmie. Tysiące różnych substancji skupionych w tym ziarnie porusza się we wszystkich kierunkach i każda z nich spełnia swoje zadanie. W ten sposób różne składniki odżywcze ziarna pszenicy wykonują dziesiątki tysięcy różnych zadań i pełnią funkcje biologiczne organizmu bez żadnych wad.

Ale co się stanie, gdy wprowadzimy do żołądka kęs chleb pszenny? Bezcelowo zmusza żołądek do pracy; zostaje spalony i zamieniony w bezużyteczne ciepło lub, w najlepszym przypadku, doda kilka bezzaprawowych cegieł lub kamieni do gnuśnych, bezwartościowych komórek. Serce człowieka żywiącego się czystą pszenicą jest mocne i mocne jak ziarno kukurydzy, natomiast serce człowieka jedzącego biały chleb jest słabe i kruche jak chleb, który spożywa. Świadczy o tym stale rosnąca liczba niewydolności serca.

Czy jakimś cudem cały świat dzisiaj opamięta się i przyjmą praktykę jedzenia na surowo, z wyjątkiem niektórych szczególnych przypadków, których choroby są znacznie zbyt zaawansowane, w ciągu następnych trzech lub czterech dekad nie będzie żadnych przedwczesnych zgonów, aż do czasu, gdy osoby starsze

Machine Translated by Google

ludzie dożywają skrajnej starości. Tak się składa, że liczba zgonów spowodowanych jedzeniem gotowanych potraw jest kilkakrotnie większa niż w przypadku największych wojen.

W imieniu każdego bezbronnego dziecka jeszcze raz apeluję do wszystkich naukowców, ludzi nauki, przywódców narodów, ministerstw zdrowia, rodziców i ludzi o dobrych sercach na całym świecie, aby natychmiast położyli kres tej straszliwej zbrodni przeciwko małym dzieciom. Każdy dzień zwłoki kosztuje życie tysięcy niewinnych ludzi. Dorośli ludzie mogą poświęcić swoje życie dla fatalnych przyjemności, jakie daje gotowana żywność, a tym samym popełnić samobójstwo, ale kto dał im prawo do masakry swoich biednych dzieci, zwłaszcza że żywność ta nie tylko nie sprawia im przyjemności, ale jedynie wypełnia dzieci z obrzydzeniem? Bezsensowne jest twierdzenie, że gdy dziecko dorośnie, będzie widzieć, jak inni jedzą, a potem sam poczuje ochotę na jedzenie. Po pierwsze, barbarzyństwo takie jak jedzenie gotowanych potraw nie może trwać długo i możemy z ufnością oczekiwać wczesnego zwycięstwa jedzenia na surowo. Są też miliony ludzi, którzy widzą alkoholizm lub narkomania innych, ale trzymają się z daleka od takich wad. Moje dziecko ma już 6 lat (Odnosi się to do roku 1963, kiedy to napisano tę część książki) i ona mogę wszystko zrozumieć; widzi gotowane jedzenie zjadane przez innych ludzi, ale sama nienawidzi go całą duszą. Który narkoman uczy swoje małe dziecko nałogu narkotykowego już od kołyski?
Jaki zdrowy rozsądek skłania człowieka do poświęcenia własnego syna i uczynienia go wczesnym towarzyszem swoich obrzydliwych nawyków, aby sankcjonować i utrwalić swoje osobiste uzależnienia? Niech rodzice najpierw wychowują zdrowe dziecko zgodnie z prawami natury, a potem, gdy dorośnie, niech pozostawią jego przyszłe postępowanie własnej woli, tak jak to czynią w przypadku wszystkich innych wad.

Po przeczytaniu tych zdań żaden rozsądny rodzic nie znajdzie usprawiedliwienia w tym, że inne autorytety dały zupełnie inne rady. Jeśli będzie nadal ignorować głos prawdy, będzie musiała wziąć na swoje barki odpowiedzialność za zrujnowanie zdrowia dziecka i podważenie jego przyszłości. Trzeba być pozbawionym najbardziej elementarnego osądu, aby zastąpić 10 000 substancji substancjami zerowymi, żywe komórki martwymi komórkami, w pełni zbilansowane surowce materiałem zdegenerowanym, r

Machine Translated by Google

pożywienie nienaturalnymi składnikami, kiełki pszenicy białym chlebem, zielony groszek mięsem i świeżymi owocami dżemem.

Biolodzy zajmujący się żołądkiem muszą udowodnić, że natura to zrobiła
Popełniłem błąd, nie wręczając nam artykułów spożywczych w a
Stan ugotowany

Publicznie apeluję do wszystkich naukowców o potwierdzenie moich poglądów i ogłaszać je całemu światu lub udowadniać, że podpalanie naturalnych środków spożywczych nie powoduje strat w ich składnikach odżywczych i wartości energetycznej; nie następuje śmierć żywych komórek roślinnych i nie zachodzą żadne zmiany w składzie atomów. Muszą ponadto udowodnić, że tworząc składniki odżywcze dla organizmu ludzkiego, dojrzałe osoby popełniły błąd nie przedstawiając nam środków spożywczych w stanie „oczyszczonym”, ugotowanym lub spalonym, że operacje przeprowadzane w fabrykach i kuchniach to środki naukowe mające na celu naprawienie błędów natury oraz to, że sztuczne witaminy wytwarzane przez człowieka mają większe wartości odżywcze niż witaminy występujące w naturze. W przeciwnym razie muszą przyznać się do popełnionych dotychczas tragicznych błędów i rezygnując raz na zawsze z gotowanych posiłków, schronić się w mądrości wszechświata i zaprzestać ingerencji w skład naturalnych pokarmów stworzonych przez ziemską naturę. Niech ci, którzy uważają się za mięsożerców, niech spożywają mięso, jeśli to możliwe, świeże i całe, tak jak robią to mięsożerne zwierzęta, nie niszcząc jego komórek ani nie degenerując go w żaden sposób.

Nie mamy prawa naruszać integralności surowców stworzonych przez naturę dla organizmu ludzkiego, gdy wszystkimi dostępnymi nam środkami naukowymi nie jesteśmy w stanie stworzyć najmniejszego organizmu jednokomórkowego; gdy za pomocą wszystkich znanych nam składników odżywczych nie jesteśmy w stanie sztucznie wyżywić organizmu i utrzymać go przy życiu; i kiedy ledwo udało nam się rozpoznać tysięczną część substancji w ziarnie kukurydzy. Prawdą jest, że przeprowadzono wiele badań i poczyniono znaczny postęp w rozpoznawaniu różnych składników odżywczych, a co za tym idzie, wielu ważnych składników odżywczych

Machine Translated by Google

odkryto składniki, ale wszystkie te odkrycia nie mogą mieć większego znaczenia niż wynalezienie sztucznych satelitów. Różnica między sztucznymi witaminami a składnikami odżywczymi zawartymi w ziarnie kukurydzy jest tego samego rzędu, co różnica między sztucznymi satelitami stworzonymi przez człowieka a ciałami niebieskimi tworzącymi cały nasz układ galaktyczny. Naukowcy tworzący sztuczne satelity nigdy jednak nie ośmielają się unicestwiać istniejących galaktyk i zastępować ich nowo stworzonymi ciałami międzygwiazdowymi.

Najlepszym rozwiązaniem jest uważne przestudiowanie praw natury ewolucja organizmów zwierzęcych i roślinnych. Jednak w żadnym wypadku nie wolno nam zakłócać działania natury i próbować go odbudować za pomocą nędznych ekstraktów gruczołowych i sztucznych witamin.

Kiedy na maśle włożymy kawałek ziemniaka lub szpiku kostnego i zaczniemy go smażyć, już od pierwszej chwili rozpoczynamy proces jego niszczenia. Od razu zaczyna skwierczeć, wysychać, brązowieć, a potem wysychać, a jeśli będziemy kontynuować tę operację trochę dłużej, zwęgli się i zamieni w nikły popiół. Ten apetyczny zapach, który łaskocze nasze nozdrza, to zapach najcenniejszych składników naturalnych artykułów spożywczych, który rozśmiesza nasze zmysły i rozpływa się w powietrzu.

Terminów „gotowanie” i „pieczenie” nie należy używać w znaczeniu przygotowywanie, konstruowanie i ulepszanie w dotychczasowym zastosowaniu; należy je raczej stosować, aby oddać sens rujnowania, niszczenia, spalania, zabijania lub unicestwiania, ponieważ tymi operacjami niszczymy najcenniejsze substancje, które mają żywotne znaczenie dla naszego organizmu i tym samym popełniamy najohydniejszą zbrodnię przeciwko ludzkości .

Dziecko nie cierpi smaku gotowanych potraw, które Wyglądaj apetycznie tylko dla osoby uzależnionej od jedzenia, tak jak Opium wydaje się przyjemne dla narkomana

Prostolinijni ludzie mogliby pomyśleć, że pozbawienie kogoś byłoby okrutne dzieciom przyjemności czerpanej ze smaku gotowanych potraw. Taki

Machine Translated by Google

ludzie powinni zdać sobie sprawę, że tak naprawdę gotowane jedzenie wcale nie jest smaczne; wydają się smaczne tylko dla narkomana, tak jak opium wydaje się przyjemne dla narkomana. Do tej pory nie było nikogo, kto mógłby nam powiedzieć tę prostą prawdę, bo od niepamiętnych czasów nikt nie był wolny od uzależnienia od jedzenia.

Narządy noworodka przystosowane są wyłącznie do składu surowego pożywienia. Dziecko bardzo lubi surowe owoce i warzywa.
Z największą satysfakcją je surowe zboża, ziemniaki, fasolę, bakłażan, zielony groszek i soczewicę, które mu bardzo smakują, ale są niesmaczne dla zjadacza gotowanego.

Małe dziecko nie czerpie żadnej przyjemności ze smaku gotowanych posiłków; nienawidzi ich i stroni od nich całą duszą i z wielkim bólem połyka te nienaturalne pokarmy. Ale biedny, naiwny rodzic tego nie rozumie. Kieruje się wyłącznie własnym nałogiem i w trosce o dobre nakarmienie dziecka wpycha mu do gardła te okropne pokarmy do tego stopnia, że zamienia dziecko w doskonałego narkomana, rujnując jego zdrowie i szczęście.

Przez pierwsze kilka lat życia dziecko przeżywa koszmar walka z nienaturalną żywnością. Świadczą o tym liczne dolegliwości dzieci i częste dolegliwości żołądkowe, na które dzieci cierpią, a także wysoka śmiertelność noworodków. Dziecko to nowo zbudowana, doskonała fabryka. Nigdy nie zachoruje, jeśli będziemy dostarczać mu naturalnych składników odżywczych niezbędnych do normalnego funkcjonowania jego narządów.

Jedynym sposobem na wyzwolenie wszystkich jest powszechne przyjęcie surowego weganizmu raz na zawsze uwolnić ludzkość od przekleństwa chorób. Propagowanie surowego jedzenia musi rozpocząć się od chorych, nowonarodzonych dzieci, osób obdarzonych niezbędną siłą woli i mądrości oraz rozsądnych rodziców dzieci jedzących na surowo, którzy będą zobowiązani do usunięcia ze swoich domów wszelkich śladów zdegradowanej żywności, aby aby nie narażali swoich dzieci na pokusę. Ten początkowy okres dobrowolnej abstynencji od gotowanego jedzenia będzie trwał do dnia, w którym przyjdą władze

Machine Translated by Google

zmysły i postanowią ogłosić, że jedzenie na surowo jest obowiązkowe, narzucając w ten sposób roztropną wolę natury nieświadomym, nieprzeszkolonym masom. Nadejdzie czas, kiedy na całym świecie zapanuje jedzenie na surowo. W tej błogosławionej przyszłości gotowanie będzie uznane za przestępstwo.

Rzekoma trudność w szybkim pozbyciu się nawyku jedzenia gotowanych potraw nie może służyć jako wymówka do zaprzeczania wyrządzanym przez to nawykom. Nikt nie próbuje usprawiedliwiać kradzieży, rabunków i morderstw, choć nie udało się wykorzenić tych zgubnych plag ze społeczeństwa ludzkiego.
Istotne jest, aby naukowcy w zasadzie przyznali i zadeklarowali społeczeństwu, że proces gotowania artykułów spożywczych jest niewłaściwy, nienaturalny i niebezpieczny oraz że jest bezpośrednią przyczyną chorób. Drugorzędną kwestię wprowadzenia surowego jedzenia w praktykę można następnie pozostawić późniejszemu biegowi wydarzeń.

Jedzenie gotowanych potraw sukcesywnie zrodziło uzależnienie od jedzenia, choroby, medycynę i farmakologię. Ostatecznym celem nauk medycznych jest naprawa i regeneracja zdegenerowanych i zniekształconych narządów człowieka. Zamiast nauk medycznych, surowiec ma swoją naukę, czyli zdrowie, którego celem jest zapobieganie wspomnianym wyżej zwyrodnieniom i zapewnienie obecnym i przyszłym pokoleniom zdrowego, szczęśliwego, długiego i spokojnego życia. Wszystkie choroby są spowodowane naruszeniem praw natury. Surowe jedzenie zmusza ludzi do przestrzegania tych praw.

Praktyka surowego jedzenia w mojej rodzinie

To, że w wieku 60 lat potrafię pisać te linijki, zawdzięczam jedzenie na surowo. Siedem czy osiem lat temu moje serce było w tak złym stanie, że udar mózgu wydawał się nieunikniony. Kiedy pokonywałam kilka stopni, brakowało mi tchu; Nie miałam siły podnieść wiadra z wodą. Zaparcia, niestrawność, zgaga, bezsenność, ból głowy, hemoroidy, dna moczanowa, stwardnienie rozsiane, nadciśnienie, tachykardia, przewlekłe zapalenie oskrzeli, hemoroidy i częste przeziębienia były towarzyszami mojego życia już od dawna. Dzięki surowemu odżywianiu pozbyłam się tych wszystkich zaburzeń. Trwale obniżyłem ciśnienie krwi z 18-20 do 13, a tętno z 80-90 do 58-60. Bez oznak zmęczenia,

Machine Translated by Google

Do Tajrish i z powrotem (24 kilometry) mogę dojść w cztery godziny, wspinać się po górach jak koza, podnosić po schodach ciężkie walizki, a gdy tylko mam czas, spaceruję 12 kilometrów w ramach zwykłej codziennej rutyny. Ja, który kiedyś cierpiałem na przewlekłe zapalenie oskrzeli i kilka razy w roku chorowałem na grypę, od kilku lat nie miałem nawet zwykłego przeziębienia i przez cały rok spałem na świeżym powietrzu w zimą i latem, bez najmniejszej obawy przed zimnem i drobnoustrojami.

Wiele lat temu miałem tak silny atak dny moczanowej, że nie mogłem dotykać stawy mojego dużego palca; dziś mogę je kręcić z całych sił, bez najmniejszych oznak bólu. Gdzie na świecie podobne wyniki uzyskano za pomocą atofanu, ACTH, naparstnicy, bromków, jodu, aspiryny, antybiotyków i tysięcy innych leków?

Można śmiało oczekiwać, że serce pracujące z częstotliwością 58 uderzeń na minutę będzie pracować przez wiele lat, nie narażając się na ryzyko udaru. W warunkach jedzenia gotowanego spadek tętna występuje tylko wtedy, gdy serce jest słabe, ale w moim przypadku jest to naturalny skutek prawidłowości pracy moich narządów trawiennych.

Jest rzeczą niezwykle znamienną, że ilekroć próbuję przeciążać żołądek kilkukrotną normalną ilością naturalnych pokarmów, nie pozostają one w żołądku długo, lecz od razu przechodzą do jelit i po kilku godzinach opuszczają organizm, nie ulegając jakiegokolwiek rozkładu i bez powodowania najmniejszych zaburzeń trawiennych lub powodowania jakiegokolwiek dyskomfortu. W tych warunkach tętno wzrasta nie więcej niż o cztery–pięć uderzeń na minutę, natomiast gdy próbuję „zaspokoić się" gotowanym jedzeniem jak „zwykły człowiek", bicie mojego serca natychmiast podskakuje do 85–90. i potrzebuje kilku dni, aby mój żołądek odzyskał normalne uczucie lekkości.

Razem ze sobą wychowuję trzecie dziecko jako surożerca. Ma już siedem lat, ale nigdy nie wzięła do ust ani kawałka zdegenerowanego jedzenia. Jej zdrowie jest

Machine Translated by Google

ucieleśnienie doskonałości. Teraz widzę, jak wielka jest różnica między dziećmi jedzącymi surowe i gotowane produkty. Łatwiej wychować setkę dzieci jedzących na surowo niż jedno dziecko jedzące gotowane. Nigdy nie ma okazji martwić się dolegliwościami dziecka, takimi jak dreszcze i przeziębienia, biegunki i zaparcia, czy kłopotami z tym, że dziecko je za dużo lub za mało. Jest wesoła jak skowronek i kiedy tylko ma ochotę, podchodzi do stołu i częstuje się tym, co lubi. Bawi się, śpiewa i tańczy całymi dniami, bez zachcianek i kaprysów, bez płaczu, nie sprawiania kłopotów otaczającym ją osobom.

Kładzie się spać dokładnie o 8:00 wieczorem i po kilku minutach śpiewania sama do siebie zamyka oczy i śpi jak śpi aż do 6:00 rano. Co więcej, najbardziej niezwykłym faktem jest to, że po pierwszych kilku miesiącach pamiętamy tylko trzy lub cztery razy, kiedy obudziła się w nocy. Jej sen jest tak głęboki i zdrowy, że żaden hałas ani ruch nie powoduje jej przebudzenia.

Kiedy inne dzieci w przedszkolu siedzą przy śniadaniowym stole, aby zjeść chleb z serem, chleb z masłem, ciastka itp., ona przynosi torbę owoców, które zabrała z domu i spokojnie się nimi cieszy.
Kiedy jesteśmy w odwiedzinach u znajomych, z całkowitą obojętnością patrzy na zapełnione stoliki do herbaty, wokół których ludzie siadają i „zajadają się" wszelkiego rodzaju ciastami i słodyczami. Nigdy nie wyraża chęci, nawet z ciekawości, skosztowania któregokolwiek z nich. W ten sposób powinny być wychowywane wszystkie dzieci jedzące surową żywność.

Moja żona, której nigdy nie narzucałem swoich poglądów, stopniowo zmieniając swój sposób odżywiania w trosce o dziecko i swoje zdrowie, obecnie całkowicie pochłania surowce i jest całkiem zadowolona ze swojego stanu. Na początku całkowicie zrezygnowała z mięsa, a następnie ograniczyła gotowane dania bezmięsne do jednej lub dwóch tygodniowo. Gdy dziecko trochę podrosło, zastąpiono je kilkoma gotowanymi ziemniakami, branymi od czasu do czasu. W końcu i one zostały całkowicie porzucone, gdy pewnego dnia dziecko zapytało: „Mamusiu, skąd ten nieprzyjemny zapach?" Potem jadła tylko cienką kromkę pełnoziarnistego chleba, którą czasami jadła z orzechami, w sposób niezauważony przez dziecko.* Dziś widzi wspaniały wpływ jedzenia na surowo na swój organizm i nie ma w tym nic dziwnego,

Machine Translated by Google

dlatego też powinna powstrzymywać się od wszelkich gotowanych potraw. A wszystko to udało się osiągnąć bez większych trudności, jeśli decyzja została podjęta na serio. Kiedy w domu nie ma zapachu gotowanego jedzenia, jedzenie na surowo staje się bardzo prostą sprawą. Tą drogą powinni podążać wszyscy rodzice, którzy cenią swoje zdrowie i kochają swoje dzieci.

Wszystkie złe nawyki człowieka są wynikiem ugotowania

Jedzenie

Surowe jedzenie wyeliminuje z areny wszystkie inne wady, takie jak alkoholizm, palenie tytoniu, narkomania i chciwość. Te uzależnienia nie mogą już towarzyszyć surowemu jedzeniu. Te wady są satelitami uzależnienia od jedzenia.

Dzięki zwycięstwu jedzenia na surowo na świecie i między narodami zostanie ostatecznie ustanowiony trwały pokój. Wszelkie zbrodnie, nienawiść, wrogość, arogancja, zazdrość i ogólnie wszystkie złe nawyki człowieka są owocem jedzenia gotowanego. Dzięki zniesieniu jedzenia gotowanego namiętności ludzi uspokoją się, ich umysły zostaną uszlachetnione, a życie stanie się tak łatwe, że ludzie nie będą już musieli rozdzierać sobie ciał ani sprzedawać swojego sumienia za miskę zupy.

Koncepcja diety powinna ograniczać się do
Zastąpienie nienaturalnego odżywiania naturalnym
Sposób karmienia

Jedynym sposobem na uwolnienie ludzkości od chorób jest całkowite odżywianie się na surowo. Półśrodki nigdy nie dały i nigdy nie dadzą rezultatów. W obecnych warunkach jedzenia na ciepło wszystkie przyjęte obliczenia wartości odżywczych poszczególnych diet należy traktować jako nieistotne. Bez względu na to, jaka jest choroba, kiedy omawiamy kwestię diety, musimy myśleć wyłącznie w kategoriach tego, co surowe i gotowane, tego, co naturalne i nienaturalne, czystego i zdegenerowanego. Zalecenia podawane codziennie w radiu, gazetach i za pomocą różnych innych środków, dotyczące stosowania określonych witamin, minerałów i białek, a także informacje o ich wartości kalorycznej, są w pełni u

Machine Translated by Google

niepraktyczne, bezwartościowe i niebezpieczne, zwłaszcza gdy opierają się na używaniu narkotyków i paszy dla zwierząt.

Rozważając właściwości poszczególnych substancji odżywczych, nie powinniśmy się w ogóle martwić tym, jakie konkretne witaminy lub inne składniki występują w danym środku spożywczym. Obowiązkowa musi być niezmienna obecność wszystkich różnych składników w każdym kęsie pożywienia. Musimy zatem zadbać o to, aby w spożywanej przez nas żywności nie zabrakło żadnego ze składników. Dzieje się tak, gdy jemy jakiekolwiek surowe produkty roślinne, podczas gdy w jedzeniu gotowanym nie ma ich w tysiącach.

Przez stulecia dietetyką zajmowały się tysiące specjalistów ich szczególne badanie. Ponieważ jednak zwrócili uwagę jedynie na problemy drugorzędne i nie wzięli pod uwagę szkód wyrządzonych przez ogień w kuchni, ich badania nie przyniosły pożądanych rezultatów, a co gorsza, z powodu licznych sprzeczności, były katastrofalne dla ludzkości . Nawet wegetarianie, których można uważać za najbardziej postępowych wśród nich, nie tylko tolerowali szkody wyrządzone przez ogień, ale także znosili używanie białego chleba i rafinowanego cukru, pozbawionych wszystkich cennych składników. Niemniej jednak trzeba przyznać, że w pokonywaniu ludzkich nałogów najbardziej stromą drogę przeszli wegetarianie. Najtrudniejszym posunięciem jest abstynencja od mięsa, po której zastąpienie diety bezmięsnej surową żywnością to już tylko mały krok, choć właśnie tym małym krokiem muszą osiągnąć swój ostateczny cel. Dlatego należy się spodziewać, że wegetarianie wszystkich odcieni opinii zaakceptują zasady surowego odżywiania i zbiorą się pod tym samym sztandarem, aby położyć podwaliny pod szczęśliwe życie, które zawsze było marzeniem ludzkości.

Jako ekspert w dziedzinie dietetyki, wielką renomę w Ameryce zdobył G. Hauser. Ale nawet Hauser, choć postępowy w porównaniu z innymi dietetykami, nie bierze pod uwagę szkód wyrządzonych przez gotowanie i dlatego za pomocą recept stara się naprawić szkody wyrządzone w kuchni. Załóżmy na chwilę, że to jego rada

Machine Translated by Google

może służyć jakiemuś pożytecznemu celowi. Ale gdzie jest robotnik, robotnik rolny czy zwykły człowiek na ulicy, aby dowiedzieć się, ile tysięcy dolarów musi zapłacić, aby uzyskać informację, ile czarnej melasy musi zjeść rano, a ile drożdży wieczorem? , czyli ile tysięcy jednostek danej witaminy musi codziennie połykać?

To nie jest właściwe podejście. Zaznajomić się trzeba z całością możliwie najdokładniej integralnymi surowcami ludzkiego organizmu, radykalnie zmienić dotychczasowe nawyki żywieniowe i położyć kres zalecaniom określonych diet i poszczególnych witamin.

Ludzie nauki wiedzą, że nikt, kto żywi się wyłącznie chlebem, polerowanym ryżem lub mięsem, nie może mieć nadziei na długie życie. Ale zwykły człowiek o tym nie wie. Jego zdaniem są to produkty doskonale odżywiające. Jak możemy zagwarantować, że pod wpływem okoliczności lub pod presją ubóstwa jednostka nie będzie w głupi sposób żywiła siebie i swoich dzieci samą tą żywnością i nie popadnie w konsekwencji w ruinę? Nawet najwybitniejszy naukowiec, obeznany z całą tematyką, nie jest w stanie oprzeć się pokusie swojej chciwości i zjada tyle tych przeklętych substancji, że powoli, ale pewnie się zabija i zbyt szybko popełnia samobójstwo za pomocą nowotwór lub zawał serca. Nie wystarczy zatem samo propagowanie tych idei w książkach; konieczna jest mobilizacja właściwych organów państwa w celu wprowadzenia podstawowych, planowych zmian w zwyczajach żywieniowych społeczeństwa. Należy podjąć aktywne działania, aby stopniowo ograniczyć masowe marnowanie składników odżywczych i zachęcić do spożywania surowych i nieskażonych artykułów spożywczych. Ostatecznym celem każdego rodzaju diety jest jedzenie na surowo, kiedy słowo „dieta” traci swoje znaczenie i ustępuje miejsca wyrażeniu NATURALNE ŻYWIENIE lub INTEGRALNE SUROWCE DLA LUDZKIEJ FABRYKI.

Stosowanie sztucznych witamin i minerałów musi być

Zatrzymany

Machine Translated by Google

Względne ilości składników odżywczych w naturalnych środkach spożywczych są bardzo zróżnicowane w tym sensie, że na jeden miligram jednego składnika może przypadać jedna tysięczna miligrama drugiego składnika i jedna milionowa miligrama trzeciego składnika. Ale składnik ważący jedną milionową miligrama jest tak samo niezbędny dla ludzkiej fabryki, jak ten ważący jeden miligram. Teraz podczas gotowania w pierwszej kolejności ulegają zniszczeniu właśnie te składniki, które występują w niewielkich ilościach.

Można się zastanawiać, dlaczego przy tak wadliwych surowcach fabryka ludzka nie przestaje działać od razu, jak zwykła fabryka, ale kontynuuje swoją działalność przez dość długi czas, prowadząc ludzi do błędnego wniosku, że to, co zaspokaja ich apetyt, jest pożywieniem .

Faktem jest, że ciało ludzkie nie jest zwyczajne fabryka. Jest to ogromny świat z miliardami mieszkańców, niezliczonymi fabrykami, różnymi organizacjami, systemami, magazynami, rezerwami i tak dalej. Nawet jeśli w ogóle nie otrzyma pożywienia, może utrzymać się przy życiu do 70 dni, a nawet dłużej, wykorzystując zgromadzone rezerwy.

Po przedostaniu się do organizmu składniki odżywcze za pośrednictwem krwi rozprowadzane są po całym organizmie człowieka, a każda z komórek otrzymuje substancje dostosowane do jej budowy i specjalizacji. Ale komórki gruczołów i narządów nie czerpią niczego z kilku zdegenerowanych składników, które są obecne w gotowanej żywności w tak małych odmianach, że można je policzyć na palcach. Czekają z głodu i niedostatku, aż ich pan raczy wyciągnąć palce i poczęstować się kawałkiem cebuli, zielonego warzywa lub owocu.

Człowiek nie odczuwa głodu poszczególnych komórek, gdyż pomimo skrajnego głodu komórek gruczołowych i organicznych, jego żołądek jest pełny, jego nałóg jest zaspokojony, on sam jest zadowolony. Ale jeszcze większą zawartość stanowią bezwartościowe, gnuśne i nieaktywne komórki, które zachłannie pożerają „w pełni zbilansowane materiały budowlane” odpowiadające

Machine Translated by Google

do swoich struktur oraz „wzmacniać i wzmacniać” organizm poprzez zwiększanie jego masy.

To jest powód, dla którego przy 50-60 kilogramach zbędnych, bezużytecznych komórek tak zwany zdrowy, tęgi i energiczny człowiek nie posiada kilkuset gramów aktywnych, wyspecjalizowanych komórek, dzięki którym jeden lub drugi z jego gruczołów może regularnie funkcjonować i wytwarzać produkty bez wad. Dopóki gruczoły i narządy nie zostaną pozbawione ostatnich resztek aktywnych komórek, człowiek jest w stanie jakoś ciągnąć swoją egzystencję; ale kiedy w końcu się wyczerpią, śmierć staje się nieunikniona.
Następnie „nasycona”, „tęga” i „energiczna” osoba umiera z powodu głodu swoich gruczołów i narządów. Na przykład komórki serca tracą niezbędną moc i elastyczność do wykonywania normalnych skurczów. Serce próbuje wówczas ratować sytuację, zwiększając liczbę swoich komórek, w wyniku czego powiększa się o komórki powstałe z białek zwierzęcych i białego chleba. - Ale to na nic, bo te komórki nie są w stanie wykonać żadnej pożytecznej pracy i nie trzeba długo czekać, aż narząd całkowicie przestanie bić.

Nie wiemy na pewno, do ilu różnych składników trafiają wytwarzanie ziarna pszenicy lub innego składnika roślinnego. Weźmy hipotetyczną, przybliżoną liczbę, powiedzmy 10 000. Na podstawie najbardziej elementarnych praw natury powinniśmy zatem rozumować, że surowce niezbędne dla ludzkiej fabryki składają się z 10 000 różnych substancji, a przy dostarczaniu tych materiałów ważne jest, aby zachować szczególną ostrożność, aby jeden lub drugi ze składników nie został nieobecny.
Jest to najbardziej naturalny system zapewniający normalne funkcjonowanie ludzkiej fabryki.

Przyjrzyjmy się teraz, jak wywrócona jest do góry nogami dietetyka tego jedzenia na ciepło wiek jest. Mężczyźni niosą ze sobą masową destrukcję tych niezbędnych substancji i odżywiają swoje ciała jedynie kilkoma odmianami ich składników.

Po latach żmudnych badań biolodzy odkryli, że w serze, maśle, wątrobie i mózgu znajduje się tylko 1015 rodzajów substancji. Można by się spodziewać, że wyznają, że w wyniku swojej długiej pracy odkryli, że takie a takie artykuły spożywcze składają się tylko z 10-15

Machine Translated by Google

rodzajów zdegradowanych, niezrównoważonych, trujących, zdegenerowanych i martwych substancji oraz składników tworzących nasze surowce, 9990 odmian jest nieobecnych, w związku z czym te środki spożywcze są tak ubogie, szkodliwe i niebezpieczne, że nie można zabraniać ich stosowania jako składników odżywczych polecane przez kogokolwiek. Zamiast tego wymieniają po kolei nazwy wszystkich substancji, które udało im się znaleźć w tych środkach spożywczych, szczegółowo opisują ich funkcje w żywieniu i po wyliczeniu ich właściwości polecają je jako „korzystne" składniki odżywcze. Ani słowa nie wspominają o braku tysięcy składników odżywczych, ani nie mówią o ich roli w żywieniu ani o katastrofalnych skutkach, które niezmiennie wynikają z ich braku.

Jednakże rozważania te są dość istotnymi aspektami tego zagadnienia.

Należy pamiętać, że funkcje surowca są tak różnorodne pokarmowych w organizmie, że nawet gdyby jakimś cudem człowiek poznał je wszystkie, na ich opis nie wystarczyłoby całe życie. Za jedno z elementarnych praw żywienia musimy uznać fakt, że żaden składnik odżywczy nie może spełnić swojego prawdziwego celu, jeśli jest brany osobno, w oderwaniu od całości.

Kiedy wskaże się nawet najsłynniejszemu naukowcowi, że istnieje w białym chlebie, który spożywa, nie ma śladu witamin, odpowiada bez wahania, że je też żywność zawierającą witaminy. Z równym uzasadnieniem murarz może całymi dniami kłaść cegły i wznosić swój mur bez zaprawy, a potem twierdzą, że czasami używa również zaprawy murarskiej. Taka jest ślepota spowodowana uzależnieniem od jedzenia.

Czym jest biały chleb, jeśli nie skrobią, cukrem, tłuszczami, białkami i kilkoma rodzajami martwych soli – innymi słowy, tylko martwymi popiołami kilku z 10 000 składników tworzących nasz surowiec? Czym jest cukier rafinowany, jeśli nie jednym z powyższych 10 000? Czym jest mięso, jeśli nie trującymi białkami i śladami kilku zdegenerowanych składników? A jednak człowiek tymi kilkoma substancjami wypełnia swój żołądek po brzegi i pozbawia swoje narządy tysięcy naprawdę niezbędnych składników odżywczych. Jeśli chodzi o powstałe zaburzenia, które pojawiają się w jego narządach, mogą się pojawić

Machine Translated by Google

jakiś pomysł, odwiedzając szpitale lub przeglądając ilustracje w podręcznikach medycznych. Jak mogły powstać tak straszne deformacje, rany i wrzody, jeśli nie brak lepszych składników odżywczych?

Chociaż naukowcy odkryli do tej pory jedynie 40-50 rodzajów z tysięcy składników odżywczych, duża część literatury medycznej poświęcona jest opisowi działania tych substancji, które stanowią również podstawę wielu innych działań medycznych. Poza tym po całym świecie rozprzestrzeniła się rozległa sieć placówek handlowych zajmujących się produkcją i dystrybucją tych substancji.

Możemy sobie wyobrazić, jaka będzie sytuacja, jeśli zamiast tych 40–50 składników naukowcom uda się pewnego dnia znaleźć 400 lub 500, nie mówiąc już o 4000 czy 5000 rodzajów substancji. Wydaje się, że dzisiejszy człowiek stracił z oczu integralność prawdziwych surowców potrzebnych jego ciału; albo nie ma ich bezpośrednio do dyspozycji, albo nie ma możliwości ich uzyskania. Musi więc zaglądać w każdy zakątek i odnajdywać je jeden po drugim, aby zaspokoić potrzeby swojego organizmu. Naukowcy uważają za naukowe tylko te substancje, których skład jest im znany i wydrukowany w książkach. Ponieważ nie znają pełnych składów ziaren pszenicy, nie widzą w tym nic naukowego. Jest to substancja „pospolita”, łatwo dostępna, wszędzie jej pełno i jest wszystkim znana. Ale sytuacja wygląda zupełnie inaczej, gdy uda im się odkryć nowy składnik odżywczy i znaleźć jego formułę. Wtedy staje się to naukowe; jego odkrycie okrzyknięte jest wielkim triumfem w dziedzinie medycyny, a co więcej, wprowadza świeży zapał i entuzjazm do fabryk, aptek i klinik. A to wszystko dlatego, że człowiek nie chce rezygnować ze swojego białego chleba.

Cokolwiek się stanie, ludzie muszą w końcu przyznać, że jedynym sposobem pozbycia się chorób jest najpierw rygorystyczne ograniczenie, a następnie całkowity zakaz masowego niszczenia naszych składników odżywczych.

W tym celu odpowiedzialne organy muszą prowadzić intensywną reklamę i musi podjąć aktywne działania, aby zapobiec masowemu zniszczeniu

Machine Translated by Google

składniki odżywcze. Muszą pozyskiwać nowe odmiany potraw z mieszanek surowych artykułów spożywczych i polecać je społeczeństwu, którego nawyki żywieniowe będą wówczas ulegać stopniowym zmianom. W rezultacie choroby, które obecnie nękają ludzkość, będą stopniowo eliminowane, a koszty życia ucierpią na ogromnej gospodarce.

Zanim staliśmy się surowcami, nasza rodzina zjadała kilogram chleba dziennie, obecnie kilogram pszenicy wystarcza nam na 8–10 dni. Na diecie białego chleba już dawno powinienem umrzeć, ale dzięki życiodajnej pszenicy nadal żyję i mam pewność, że będę żył jeszcze co najmniej 40-50 lat.

Porównanie między zdrowiem wynikającym z jedzenia surowego a Jedzenie gotowanej żywności u dzieci to najlepszy sposób na potwierdzenie szkód wyrządzonych przez jedzenie gotowanej żywności

Zasady te należy przede wszystkim wdrożyć w żłobkach, domach dziecka, szpitalach i restauracjach, a następnie upowszechnić je w drodze reklamy wśród ogółu społeczeństwa. Mając na uwadze tak oczywiste i niezaprzeczalne fakty, jakie przedstawiłem, należy mieć nadzieję, że bystrzy naukowcy natychmiast zabiorą się do pracy. Jeśli jednak chcą mieć kolejny konkretny dowód, proponuję następujący test. Niech niemowlęta w jednym z domów dziecka zostaną podzielone na dwie równe grupy, z których jedna powinna być karmiona obecnymi metodami medycznymi, druga wychowywana zgodnie z zasadami surowego jedzenia. Następnie porównajmy stan zdrowia obu grup. Nie mam najmniejszych wątpliwości, że od samego początku dla całego świata będzie jasne, który z tych dwóch systemów żywienia jest prawdziwie naukowy i humanitarny. Te same wyniki można uzyskać, dostosowując metodę do leczenia pacjentów szpitalnych.

Wiele naiwnych ludzi może sprzeciwić się testowi, twierdząc, że przeprowadzanie takich „eksperymentów” na dzieciach jest grzeszne lub szkodliwe. Jeśli jednak tacy ludzie pomyślą trochę głębiej, zobaczą, że nie jest to eksperyment mający na celu ochronę życia i zdrowia dziecka poprzez karmienie go pełnym zestawem czystych składników odżywczych przeznaczonych do

Machine Translated by Google

z natury dla organizmu ludzkiego. Prawdziwymi eksperymentami są te nieludzkie testy przeprowadzane pod przykrywką nauki z kilkoma odmianami substancji syntetycznych, ledwie jeszcze rozpoznanych w laboratorium, w wyniku których miliony dzieci odchodzą od życia w powijakach, pozostawiając rodziców w gorzkim smutku. smutek. Eksperymenty to operacje, które igrają ze zdrowiem ludzi za pomocą 1001 zdegenerowanych artykułów spożywczych i trucizn oraz powodują powstawanie nowych chorób. Choroby te są absurdalnie nazywane chorobami cywilizacyjnymi, bez najmniejszego poczucia wstydu z powodu takiej „cywilizacji” i bez refleksji, że warunki, które zrodziły takie choroby, można nazwać ignorancją, dzikością lub barbarzyństwem, ale nigdy cywilizacją.

Instytucje naukowe i odpowiedzialne organy państwowe muszą Zbadaj problem surowego jedzenia bez dalszych

Opóźnienie

Zaproponowałem radykalną, a jednocześnie bardzo prostą i naturalną metodę, dzięki której ludzkość zostanie uwolniona od wszelkich chorób na ziemi. Jest to bardzo ważna sprawa, na którą muszą natychmiast zwrócić uwagę wszyscy naukowcy, lekarze, intelektualiści i odpowiedzialne organy państwowe. Muszą albo publicznie udowodnić, że się mylę w swoich poglądach i obalić je za pomocą podstawowych eksperymentów, albo muszą potwierdzić swoją prawdziwość i podjąć niezbędne kroki, aby wprowadzić je w życie. W szczególności obojętność lub milczenie lekarzy może zostać odebrane przez ogół społeczeństwa jako wyraźny przypadek ich niechęci do zapobiegania chorobom, aby nie ograniczyć ich pola lub działania. Osobiście nie sądzę, aby było to w ogóle prawdą, ponieważ niewielu ludzi mogłoby być tak bezwzględnych; lecz lekarze muszą dać niezbity dowód, że mają wyższy i szlachetniejszy cel niż zarabianie pieniędzy i że w istocie ich celem jest służba nauce, służba ludzkości.

Szlachetni, publicystyczni i altruistyczni lekarze osiągają swój zamierzony cel poprzez akceptację surowego jedzenia, podczas gdy nieludzcy, samolubni i chciwi lekarze widzą w tym swoją osobistą stratę. Rzekoma trudność w zmianie głęboko zakorzenionych zwyczajów może służyć jedynie jako marny pretekst

Machine Translated by Google

zasłaniać skąpe interesy niegodziwych ludzi. Odkrycie surowego jedzenia jest najlepszą okazją do odróżnienia szlachetnego od niegodziwego, dobrego od złego, mądrego od niemądrego.

Nie ma działalności o większej wartości humanitarnej niż propagowanie jedzenia na surowo. Należy obudzić całą ludzkość z wielowiekowego snu, otworzyć oczy, wyrwać ją z letargu i wyzwolić z obecnego koszmaru. Bogaci muszą przekazać swoje pieniądze na ten cel; intelektualiści swoje mózgi. Konieczne jest zakładanie stowarzyszeń, zakładanie klubów, wydawanie gazet i drukowanie książek.
Ponadto konieczne jest zbudowanie przestronnych sanatoriów ze wszystkimi udogodnieniami do wypoczynku, rozrywki i sportu, a za pomocą kilkumiesięcznego „uwięzienia" należy leczyć, odmładzać, uwalniać od niszczycielskich uprzedzeń, pomagać i oświecać tych ludzi którym brakuje niezbędnych informacji i siły woli. O wiele bardziej pożyteczne i pożądane jest przeznaczanie pieniędzy i energii na ten cel, niż budowanie bezużytecznych budynków, których nie potrzebujemy, takich jak kościoły, szkoły i szpitale. Surowe jedzenie jest kamieniem probierczym, dzięki któremu możemy sprawdzić, który intelektualista naprawdę posiada wolny i nieskrępowany osąd lub która osoba rzeczywiście jest zainteresowana zdrowiem i dobrobytem społeczeństwa. To złotymi literami historia zapisze nazwiska takich ludzi.

Mówienie prawdy nie jest grzechem

Niektórzy zarzucają mi, że mam ostry język. Kiedy nazywam zjadaczy mięsa mordercami, synobójcami i przestępcami, nie rzucam oskarżenia; Mówię tylko prawdę, choć może ona być gorzka.
Kiedy matka własnymi, ostrożnymi rękami napełnia usta ukochanego dziecka gorącym jedzeniem, uszkadza narządy dziecka i prowadzi go do choroby i śmierci. Kiedy lekarz układa dietę złożoną z „pożywnych" i „łatwostrawnych" posiłków dla małych dzieci i

Machine Translated by Google

przepisuje pigułki sztucznych witamin kosztem warzyw i owoców, popełnia jeszcze większe przestępstwo.

Codziennie obserwuję, jak dziwną ironią losu słabi i chorzy uważają za lecznicze te właśnie substancje, które były przyczyną ich chorób, i pożerają je łapczywie, podczas gdy wręcz przeciwnie, ze strachem unikają jedynego substancji (surowych warzyw i owoców), które mogą przywrócić im zdrowie, tylko dlatego, że uważają je za przyczynę swoich dolegliwości. Miliony istnień ludzkich poświęca się wyłącznie z powodu tego fatalnego błędnego przekonania. Osoba, która wnika w całą głębię tragedii, nigdy nie może pozostać chłodna i obojętna.

Nie ma barier prawnych uniemożliwiających zniszczenie Surowce przeznaczone dla fabryki ludzkiej

Kiedy w prawidłowej równowadze wychodzi na jaw niewielka wada surowców dostarczanych przemysłowi powiatu, osoby odpowiedzialne są oskarżane o zaniedbanie i pociągane do odpowiedzialności, podczas gdy ci, którzy dopuszczają się najohydniejszych fałszerstw w zakresie surowców niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania ludzkiej fabryki, często pozostają bezkarni. W obecnym stuleciu postępu naukowego najbardziej nieświadomy i głupi człowiek ma absolutne prawo do poszukiwania nowych metod degeneracji naturalnych artykułów spożywczych oraz do sporządzania i wystawiania na sprzedaż najbardziej absurdalnych produktów spożywczych. Ale co szczególnie dziwne, to fakt, że wielki naukowiec, wielki cytolog, który poświęcił swoje życie badaniu biologicznych funkcji żywych komórek, czy też dietetyk, którego głównym celem w życiu jest wypracowanie idealna dieta dla człowieka, kupuje mnóstwo takich zdegenerowanych substancji i ofiarowuje je swoim komórkom, z największą obojętnością i nieostrożnością, kierując się wyłącznie nakazami podniebienia.

Na pierwszy rzut oka wydaje się niewiarygodne, od czego mogliśmy się uwolnić wszystkie choroby poprzez jedzenie na surowo. Jednak wielkość tej propozycji polega na tym, że to, co „niewiarygodne”, łatwo staje się rzeczywistością. Trudności w porzuceniu uzależnienia od jedzenia nie należy uważać za przeszkodę w realizacji ideału

Machine Translated by Google

jedzenie na surowo; wręcz przeciwnie, musi służyć jako miara oceny siły wroga rodzaju ludzkiego i musi nas pobudzić do podjęcia wszelkich wysiłków, aby zapobiec przedostaniu się tak okropnego potwora do organizmu nowonarodzonego dziecka. Nawet ci ludzie, którym trudno jest samodzielnie porzucić gotowane posiłki i nadal trwać w swoich szkodliwych nawykach, muszą afirmować prawdę i w imię dorastającego pokolenia i przyszłości ludzkości muszą walczyć o zwycięstwo tej prawdy, głosząc i wyjaśnianie zasad jedzenia na surowo oraz za pomocą wszelkich innych dostępnych środków.

Oczywiście dla ludzi o wąskich horyzontach i patrzących wstecz którzy są nieodwołalnie faworyzują gotowaną żywność i leki, zasady surowego jedzenia są zdecydowanie zbyt zaawansowane, ale dziś żyjemy w epoce kosmicznej, a nie w średniowieczu, kiedy każda postępowa idea i wielki wynalazek był przez lata prześladowany przez nieświadoma motłoch.
Dziś staje przed nami kwestia przetrwania lub unicestwienia rodzaju ludzkiego. Wahanie jest nieludzkie.

Surowe jedzenie zapewnia ogromne korzyści w miejscach publicznych Gospodarka i podnosi standard życia kilka Czasy

Niewiarygodna ilość składników odżywczych ulega zniszczeniu w ogniu poprzez liczne formy obierania, rafinacji i przetwarzania. Jako przykład można podać, że 100 gramów kiełków pszenicy ma większą wartość odżywczą niż chleb biały uzyskany z kilograma pszenicy.
To samo dotyczy wszystkich innych odmian kukurydzy, roślin strączkowych, warzyw i owoców. Jeśli dzisiaj pozbędziemy się wszelkiej żywności pochodzenia zwierzęcego, warzywa produkowane na świecie będą w stanie same wyżywić kilkukrotnie większą liczbę ludności świata, pod warunkiem, że będą spożywane w stanie surowym. Prawdziwe znaczenie surowego jedzenia stanie się tym bardziej zrozumiałe, gdy pomyślimy o pracy, czasie i pieniądzach, które ludzie marnują na niszczenie tych składników odżywczych, a następnie rozważymy wszystkie

Machine Translated by Google

wydatki medyczne poniesione zarówno przez różne ministerstwa zdrowia, jak i przez ogół społeczeństwa w nadziei wyeliminowania zniszczeń, jakie w naszych narządach powoduje zniszczenie tych samych składników odżywczych. Jestem gotowy wykazać prawdziwość moich twierdzeń za pomocą konkretnych dowodów każdemu, kto chciałby uzyskać dalsze szczegóły na ten temat. Historia nigdy nie wybaczy odpowiedzialnym osobom sprawującym władzę, które okazują w tej sprawie obojętność i zamykają uszy na te płaczące prawdy, aby usprawiedliwić swoje osobiste uzależnienia.

Mogą być tylko dwa powody ich odmowy przyjęcia zasad surowego jedzenia. Albo muszą zadeklarować, że wolą tolerować istnienie chorób, zamiast „pozbawiać" ludzkość „przyjemności" gotowanych posiłków i zrezygnować z możliwości wprowadzenia w życie całego szeregu uzyskanych w ich wyniku „osiągnięć naukowych" ciężkiej pracy lub poprzez wykonanie zaproponowanych przeze mnie podstawowych testów muszą udowodnić, że nie tylko nie uwalniają ludzi od chorób, ale surowe jedzenie w rzeczywistości im bardziej szkodzi.
Wyda im się to zupełnie niemożliwe. Wynika z tego, że nie mają innego wyjścia, jak tylko oprzeć się na swoim pierwszym rozumowaniu, którego skrajna nieludzkość jest widoczna dla wszystkich.

Dlatego też w imieniu wszystkich niewinnych dzieci żądam, aby przeciwnicy surowego jedzenia zgłaszali swoje zastrzeżenia prasie, aby mogli uzyskać właściwą odpowiedź, a opinia publiczna miała możliwość wyciągnięcia niezbędnych wniosków i wyrażenia swojego stanowiska. ostateczny i sprawiedliwy werdykt.

Każdy musi rozpoznać prawdziwe i integralne surowe Materiały Jego Ciała

Każdy jest dumnym posiadaczem jednego ze skomplikowanych fabryk na świecie i tylko on odpowiada za sprawne działanie danej fabryki. Konieczne jest zatem, aby dokładnie zapoznał się z prawdziwym, bezbłędnym i integralnym surowcem tej wspaniałej fabryki.

Machine Translated by Google

O integralności tych surowców nie decyduje ilość białek, tłuszczów, węglowodanów, witamin, minerałów i kalorii podana przez współczesnych biologów w swoich podręcznikach o żywieniu. Nie da się tego też ustalić na podstawie zestawiania obok siebie długich list przepisów na gotowane potrawy.

Przez miliony lat i najdokładniejszych obliczeń nasza cudowna natura zgromadziła integralne surowce niezbędne dla ludzkiego organizmu, połączyła je w doskonałej harmonii i w wymaganych ilościach, dała im życie i skoncentrowała je w roślinach ciała w postaci żywych komórek.

Cały sekret odżywiania polega na tym, że te komórki są martwe lub żywe. W żadnym wypadku substancje składające się z martwych komórek nie mogą służyć jako surowce dla ludzkiej fabryki.

Człowiek nie powinien tracić poczucia proporcji i napawać się swoimi wynalazkami wykraczającymi poza granice rozsądku. Prawdą jest, że biolodzy w badaniu poszczególnych składników odżywczych zadali sobie wiele trudu i dokonali wielu ważnych odkryć, które w pełni zasługują na nasze uznanie. Wszystkie te osiągnięcia można jednak uznać za wielkie jedynie w odniesieniu do obecnego rozwoju technicznego i umysłowego człowieka. Wbrew najwyższej mądrości natury nawet najwybitniejsi naukowcy, przy całej swojej wiedzy i niezliczonych odkryciach, nie mają większej wnikliwości niż pięcioletnie dziecko. Nie mają zatem prawa zakłócać harmonii i integralności surowców skonstruowanych przez naturę i narzucać społeczeństwu swoją dziecinną cząstkę wiedzy jako doskonałej nauki.

Niewątpliwie próbując wniknąć w tajemnice artykułów spożywczych Ostatecznym celem naukowców jest rozpoznanie wszystkich składników odżywczych niezbędnych dla organizmu ludzkiego, określenie ich względnych ilości i zintegrowanie ich w całość. Innymi słowy, chcą sztucznie przygotować ziarno pszenicy lub soczewicy i dać im życie. Ale to, czego człowiek nie był w stanie uzyskać po tysiącach lat nieustannej pracy, natura ofiarowuje nam dzisiaj bezpłatnie. Czego więcej chcemy? Czy mamy jakiekolwiek wątpliwości co do mądrości

Machine Translated by Google

wszechświecie, czy też uzależnienie od mięsa skłania człowieka do popełniania najbardziej niewiarygodnych szaleństw?

Najbardziej bezsensowne i niebezpieczne jest przypuszczenie, że potrzebujemy więcej białka lub inne składniki odżywcze niż te znajdujące się w ciałach roślinnych. Jeżeli te ostatnie zawierają jedynie niewielkie ilości białek, oznacza to, że nasz organizm nie potrzebuje więcej, gdyż właśnie z takich ilości nasz organizm był zbudowany i rozwijany przez miliony stuleci.

Niektórzy ludzie bardzo lubią ciągle rozmawiać o cielesności materiały budowlane. Gdyby „w pełni zbilansowane" białka zwierzęce i „pożywne posiłki" mogły zwiększyć wzrost każdego pokolenia choćby o jeden milimetr, dziś wzrost człowieka wzrósłby już o kilka metrów.

Masowo produkowane sztuczne witaminy nigdy nie będą mogły służyć jako składniki odżywcze z bardzo oczywistego powodu, że często w ciągu pięciu minut od dostania się do organizmu człowieka całkowicie zatrzymują jego funkcje; innymi słowy, prowadzą nas na śmierć.

Uznawanie jakiegokolwiek konkretnego środka spożywczego za źródło określonej witaminy lub innego składnika odżywczego jest godną ubolewania krótkowzrocznością. Wszystkie związki organiczne składają się z prawie tych samych składników, różnią się jednak właściwościami fizycznymi i chemicznymi ze względu na różnice w ich składzie i strukturze molekularnej. Zatem wszyscy wiedzą, że alkohole i cukry składają się z tych samych pierwiastków chemicznych (węgla, wodoru i tlenu), ale znacznie różnią się kolorem, smakiem i wyglądem. Ptaki trzyma się w klatkach zawierających jeden rodzaj nasion lub zbóż, a zwierzęta domowe często karmi się tylko jednym rodzajem trawy. Jednakże istoty te czerpią pełną podaż białek, tłuszczów, witamin i minerałów z jednego rodzaju pożywienia, jakie im podaje się.

Leczenie chorób fałszywymi witaminami, wyniszczającymi antybiotykami i różnymi truciznami to beznadziejne eksperymenty, które nie opierają się na etiologicznym i podstawowym rozumowaniu, ale na danych symptomatycznych, pozornych i sprzecznych.

Machine Translated by Google

Żadna sztuczna witamina nie jest w stanie przywrócić cudownej równowagi naturalnych witamin spalonych w ogniu; żadna trucizna nie jest w stanie regulować normalnych funkcji biologicznych zdegenerowanych narządów i gruczołów; żaden antybiotyk nie zastąpi naturalnych antybiotyków zniszczonych w kuchni.

Zwierzęta leczą swoje rany liżąc je. Ich wydzieliny i ślina posiadają właściwości bakteriobójcze. Jednakże wydzieliny człowieka jedzącego gotowane dania są pozbawione takich właściwości. Zjadacz surowego chroni przed niebezpieczeństwem poważnego przeziębienia poprzez wydzielinę wydzielaną przez tkanki dróg oddechowych, podczas gdy zjadacz gotowanego wytwarza strumienie plwociny i śliny, ale mimo to nie jest w stanie oprzeć się temu samemu niebezpieczeństwu.

Wiek jedzenia na gotowo to wiek, w którym uzależnienia Przesądy i mikroby królują niepodzielnie

Współczesną medycynę otacza splątana sieć próżnych przesądów. Cała działalność medyczna opiera się na danych symptomatycznych, pozornych, zwodniczych i sprzecznych, a zasada najważniejsza i podstawowa została pogrzebana w zapomnieniu. Jest to fakt, że EFEKTYWNE DZIAŁANIE KAŻDEJ FABRYKI JEST ZALEŻNE OD JEDNOLITEJ DOSTAWY INTEGRALNYCH SUROWCÓW OKREŚLONYCH PRZEZ INŻYNIERA. W tym przypadku INTEGRALNYMI SUROWCAMI LUDZKIEJ FABRYKI SĄ ŻYWE KOMÓRKI ROŚLINNE I NIC WIĘCEJ.

Odurzony kilkoma technicznymi sukcesami, dzisiejszy człowiek wyobraża sobie, że jest u szczytu cywilizacji, podczas gdy w rzeczywistości wiodąc prymitywne, nienaturalne i makabryczne życie, jest koszmarem. Ogólnie rzecz biorąc, w dziedzinie polityki, ekonomii, moralności i zdrowia umysłem i uczuciami człowieka rządzą umysły i uczucia, a jego działaniami kierują obrzydliwe uzależnienia i próżne przesądy. Zapominając o najistotniejszych i podstawowych problemach życia, ludzie wyolbrzymiają sprawy całkiem błahe, drugorzędne i zamieniają je w kwestie żywotne, a potem marnują ogromną ilość czasu i środków, tworzą

Machine Translated by Google

wrogów, przelać oceany krwi i siać powszechną ruinę i zniszczenie.

Historycy przeszłości w najbardziej odrażających barwach malowali daniny i daniny nakładane przez obcych zdobywców. Podczas gdy dzisiaj, w chwili objęcia sterów państwa, ludzie uważani za cywilizowanych i oświeconych, pod różnymi zalegalizowanymi pretekstami konfiskują ponad 90 procent całkowitych zarobków własnego narodu, aby zaspokoić swoje osobiste uzależnienia i ambicje. Zachęcają do produkcji tytoniu, napojów alkoholowych i bezalkoholowych, herbaty, kakao i kawy, a wszystko to szkodzi zdrowiu ludzi, a następnie szczycą się wzrostem dochodów państwa uzyskiwanych z tych źródeł. Równie dobrze głupi ojciec rodziny mógłby napawać się marnym groszem zarobionym kosztem funta zmarnowanego przez swoje dzieci i, co gorsza, wysoką ceną za podważenie ich zdrowia.

To, że obecne sugestie i zalecenia dotyczące poszczególnych witamin i minerałów nie przynoszą żadnych użytecznych rezultatów, jak wynika z faktu, że pod wpływem impulsu wszechpotężnego uzależnienia nawyki żywieniowe ludzkości stopniowo rozwijają się w przerażający sposób, który zachęca produkcji niebezpiecznych środków spożywczych, pozbawionych witamin i minerałów. Bez najmniejszego odpoczynku i wytchnienia powstają nieustannie fabryki produkujące tytoń, napoje alkoholowe i bezalkoholowe, ciastka, słodycze, lody, wędliny, konserwy, białe pieczywo, margarynę i różne inne niebezpieczne substancje.

Wszystko to potwierdza to w codziennym życiu
ludzie nie kierują się zdrowym rozsądkiem, lecz niszczycielskimi nałogami i próżnymi przesądami, charakterystycznymi dla ludzkości jedzącej gotowane potrawy. Istnieją na tym świecie liczne ugrupowania, które zajmują się trywialnymi i drugorzędnymi kwestiami o ściśle ograniczonym zainteresowaniu.
Odtąd głównym obowiązkiem cywilizowanego człowieka powinno być prowadzenie pilnej i zdecydowanej kampanii przeciwko wszelkim nałogom i przesądom. Jest to jedyny podstawowy sposób, za pomocą którego człowiek to zrobi

Machine Translated by Google

udało mu się osiągnąć obfite, spokojne, wygodne, zdrowe, długie i szczęśliwe życie, do którego zawsze dążył.

Konkretny dowód mam przed oczami. Za pomocą surowego jedzenia nie tylko ocaliłem sobie życie, ale też uwolniłem się od wszystkich chorób, które mnie nieustannie dręczyły i całkowicie odsunąłem od siebie to nawiedzające mnie widmo przedwczesnej śmierci. W wieku 61 lat, kiedy miłośnicy gotowania przestali pracować i przeszli na emeryturę, odzyskałem zdrowie, siłę, wigor i energię młodego 25-letniego mężczyzny.
Przez całe miesiące pracuję 16 godzin dziennie, nie odczuwając najmniejszego uczucia zmęczenia. Jestem całkowicie pewien, że przeżyję jeszcze raz całe życie zjadacza ugotowanych potraw.

Często mówi się, że człowiek powinien jeść, aby żyć, a nie żyć, aby jeść. Nadszedł czas, aby udowodnić, kim są ci, którzy uważają jedzenie za środek do celu, a nie cel sam w sobie. Niech tacy ludzie pójdą za moim przykładem, wyjdą na arenę, złączą ręce we wspólnej sprawie, walczą z wszelkim ludzkim nałogiem i otworzą drogę do nowego, szczęśliwego życia dla całej ludzkości.

Tematy poruszane w tej książce nie są specjalistycznymi kwestiami, które należy omawiać za zamkniętymi drzwiami. Są to sprawy dotyczące całej ludzkości i należy je rozpatrywać publicznie, aby każdy mógł rozpoznać prawdziwy surowiec swojego ciała.

Obowiązkiem wszystkich osób zainteresowanych zdrowiem własnym i swoich dzieci jest podniesienie głosu i zażądanie, aby ci, którzy sprzeciwiają się zasadom surowego odżywiania, przedstawili prasie swoją krytykę, abym mógł mieć możliwość udzielenia im właściwych odpowiedzi i rozwiania w ten sposób sceptycyzmu opinii publicznej wobec doktryny o surowym jedzeniu.

Załącznik

Czytelnicy moich książek o jedzeniu na surowo często zwracają się do mnie zarówno osobiście, jak i pisemnie, prosząc o szczegóły specjalnej diety opartej na surowcu. Teraz zjadacz surowego nie ma konkretnego programu na poranek,

Machine Translated by Google

posiłki w południe lub wieczorem. Je kiedy chce, co mu się podoba i tyle, ile potrzebuje jego apetyt. Ale ponieważ osoby jedzące gotowane potrawy, przyzwyczajone do specjalnych godzin i zasad żywienia, chcą, aby także system jedzenia na surowo był uregulowany pewnymi regułami, niech tak się stanie. Nie ma w tym żadnej szczególnej szkody.

Opracowanie szczegółowych przepisów i zaplanowanie różnorodnych jadłospisów z dużą liczbą nowych dań przekracza oczywiście możliwości pojedynczej osoby. Niezliczona różnorodność gotowanych potraw i zdegenerowanych artykułów spożywczych, które widzimy dzisiaj, rozwijała się stopniowo w ciągu tysięcy lat i dzięki wysiłkom tysięcy ludzi.
Kiedy ludzie w końcu przekonają się, że najrozsądniejszym sposobem żywienia jest jedzenie na surowo, wiele rodzajów pikantnych potraw pojawi się niejako z dnia na dzień.

Każda gospodyni domowa, jeśli poświęci kilka tygodni czasu, który zwykle poświęca na gotowanie, będzie mogła według własnego gustu przygotować całą gamę nowych, wspaniałych potraw, łącząc liczne dostępne nam surowce; i w ten sposób wzbogaci jednocześnie ogólne menu. Weźmy jako przykład naszą własną rodzinę.

Po wielu próbach doszedłem do wniosku, że produkty takie jak zboża, rośliny strączkowe, ziemniaki, bakłażany i dynie, których spożycie na surowo przez osoby uzależnione jest uważane za niemożliwe, można mieszać w różnych ilościach, tworząc tak pikantne sałatki, jakie będą sprawiać przyjemność nawet najbardziej zagorzałym miłośnikiem mięsa.

Pszenicę, soczewicę, ciecierzycę, fasolę itp. moczymy w dużej ilości wody. Kiedy za dzień lub dwa zaczną kiełkować, płuczemy je świeżą wodą. Następnie odlewamy tę wodę, przykrywamy garnek pokrywką i odstawiamy w chłodne miejsce. W tym stanie można je jeść przez trzy lub cztery dni. Można je również podawać z rodzynkami, orzechami włoskimi, daktylami i wieloma innymi produktami spożywczymi lub można je mieszać z różnymi sałatkami.

Kiedy chcemy przygotować sałatkę, przepuszczamy pszenicę, soczewicę itp. przez maszynę do mielenia, a ziemniaki i marchewkę ścieramy na drobnej tarce

Machine Translated by Google

tarka; następnie kroimy nożem ogórki, pomidory i cebulę w cienkie plasterki, a także szatkujemy zieloną paprykę i kilka rodzajów zielonych warzyw.

Teraz mieszamy je razem i dodajemy surową oliwę z oliwek, świeży sok z cytryny i odrobinę świeżej wody źródlanej. Można również dodać orzechy włoskie, rodzynki, daktyle i tak dalej. Względne ilości składników zależą od indywidualnego gustu. Latem przyjemnie jest jeść takie sałatki mrożone.

Opierając się na sposobie przygotowania tej sałatki, można przygotować szeroką gamę sałatek o różnych smakach i wyglądzie, używając wszelkiego rodzaju warzyw i różnych innych warzyw, takich jak szpinak, sałata, bakłażan, buraki i ogólnie , cokolwiek zapewniają nasze ogrody warzywne, ale podstawowymi składnikami sałatki są zboża, rośliny strączkowe i ziemniaki.

Sałatka ta musi stać się podstawowym pożywieniem całej ludzkości. Ten pokarm, będący najpełniejszym pożywieniem zarówno dla bogatych, jak i biednych, ma tę zaletę, że zapewnia zdrowie, wzmacnia, daje satysfakcję, jest pożywny i tani. To danie, które zawiera wszystkie składniki niezbędne do długiego i zdrowego życia. To recepta na każdą chorobę. Garść tego posiłku wraz z odrobiną dodatkowych owoców w zupełności wystarczy, aby zaspokoić dzienne zapotrzebowanie człowieka, a jednocześnie zapewnić mu najlepszą ochronę przed wszelkiego rodzaju chorobami.

Biorąc pod uwagę względną cenę niektórych odmian owoców, których zimą brakuje, niektórzy uważają, że spożywanie ich na surowo będzie wówczas dość kosztowne. Wyobrażają sobie, że zjadacz mięsa przez cały rok musi żywić się wyłącznie świeżymi owocami. To oczywiście nie jest prawdą. Są ludzie, którzy kończą obfity posiłek dużą ilością owoców. Jeśli tacy ludzie zjedzą ten owoc tylko z porcją chleba, który zwykle spożywają (ale oczywiście w postaci surowej pszenicy), poczują się w pełni usatysfakcjonowani. W ten sposób zaoszczędzą sobie zarówno wydatków, jak i kłopotów związanych z przygotowywaniem gotowanych posiłków, herbaty, ciastek i wszelkiego rodzaju innych zdegenerowanych produktów spożywczych.

Machine Translated by Google

Istnieją pewne produkty spożywcze, takie jak pszenica, orzechy włoskie, warzywa korzeniowe, które można znaleźć o każdej porze roku i charakteryzują się jedynie niewielkimi wahaniami cen. Ponadto można korzystać ze świeżych owoców, gdy jest na nie sezon; tak więc, gdy morwy jest pod dostatkiem, możemy żywić się głównie morwą, a także winogronami i innymi owocami.

Zimą wiele rodzajów naturalnie suszonych owoców można namoczyć w zimnej wodzie, zamienić w surowy kompot i delektować się nim z wielką przyjemnością. Do tego kompotu możemy dodać trochę orzechów, pistacji, kiełków pszenicy, kardamonu lub proszku waniliowego itp. Surowy kompot jest najbardziej ekonomicznym i jednocześnie najprzyjemniejszym jedzeniem zimą.

Oprócz orzechów włoskich, migdałów, pistacji i orzechów laskowych w ich naturalnym stanie, zmieszanych z innymi suszonymi owocami, możemy je również zmielić i wykorzystać w różnych innych postaciach, możemy je wymieszać z surowymi warzywami lub różnymi kompotami. Najbardziej rozkosznym ciastem dla zjadaczy surówek jest „Chałwa", czyli słodycz z orzechów włoskich, migdałów lub pistacji. Są one kruszone, doprawiane do smaku kardamonem, wanilią lub szafranem i krojone w małe kwadraty. Tę chałwę je się z największym smakiem z różnymi zielonymi warzywami. Można go umieścić w liściu sałaty i zjeść jako rodzaj kanapki. Najlepszym napojem, jaki można podawać dzieciom, jest woda zmieszana ze świeżym sok

Podsumowując, należy ponownie przypomnieć czytelnikowi bardzo ważna okoliczność, o której należy zawsze pamiętać. W początkowym okresie spożywania surowej żywności osoby uzależnione mogą odczuwać różne formy dyskomfortu, które mogą wywołać wrażenie, że surowa żywność jest dla nich szkodliwa, osłabia je lub powoduje choroby. Należy pamiętać, że wszystkie dotychczasowe błędne i katastrofalne koncepcje w dietetyce mają swój początek w takich pozornych i sprzecznych wrażeniach. Dlatego objawy zewnętrzne nie mogą nigdy służyć jako wymówka do pozostawienia pracy w połowie wykonanej. Na ostateczne rezultaty trzeba poczekać, co może zająć kilka tygodni lub miesięcy. Jeśli jednak czasami gotowaną żywność zmiesza się z surowymi składnikami odżywczymi, rezultaty mogą być bardzo opóźnione i nieskuteczne lub w ogóle nie wystąpić.

Machine Translated by Google

Ich dolegliwości to nic innego jak reakcje lecznicze, a dzięki okazanemu im oporowi będą w stanie uwolnić się od wszystkich znanych i nieznanych chorób.

Najtrwalszym z tych dyskomfortów jest oczywiście pragnienie ugotowane jedzenie. Należy jednak zawsze pamiętać, że impulsy „głodu" odczuwane w takich okolicznościach są pobudzane nie przez normalne i zdrowe komórki, ale przez komórki zdegenerowane, bezużyteczne i nieaktywne oraz przez trucizny nagromadzone w organizmie; innymi słowy, przez tę samą chorobę, która wyniszcza organizm. Dlatego właśnie dzięki wytrwaniu i przeciwstawieniu się uczuciu „głodu" będziemy w stanie wyeliminować te trucizny, pozbyć się obecności bezwartościowych komórek, zbudować niezbędny zestaw aktywnych komórek i zapewnić sobie raz na zawsze błogosławieństwa dobre zdrowie. Każda godzina wytrzymania tego „głodu" jest zwycięstwem w naszej walce z

Teheran, 1963

***

CZĘŚĆ DRUGA

Budowa organizmu ludzkiego

Tematy, które poruszam w tej książce, nie są problemami specjalistycznymi. Są to pytania, które dotyczą całej ludzkości. Dotykają wszystkich, którzy mają ciała i żyją; dotyczą one wszystkich, którzy mają usta i jedzą. Dlatego zawsze staram się pisać możliwie najprostszym językiem, opierając swoje wnioski na ogólnych danych i argumentach, nie zapychając mojego tekstu szczegółami naukowymi i niestrawną terminologią, które są poza zrozumieniem większości moich czytelników. W swoich wywodach nie opieram się na mnóstwie oczywistych i sprzecznych danych uzyskanych w laboratorium niedoskonałymi środkami ani, co gorsza, na jakichkolwiek błędnych założeniach opartych na takich danych. Dowody, które przedstawiam, to niezaprzeczalne prawa natury i takie ogólne wnioski, jakie można uzyskać na podstawie podstaw

Machine Translated by Google

doświadczeniem i które każdy człowiek w każdym zakątku świata może z łatwością sam przetestować i zweryfikować.

W rzeczywistości koncepcja jedzenia na surowo jest tak prosta, że można ją podsumować w dwóch prostych zdaniach: stwórca ludzkiego ciała stworzył także odpowiadające mu surowce; pod warunkiem, że dostarczymy organizmowi te surowce w całości, bez ingerencji w nie, organizm ludzki zakończy swój pełny okres życia, nie poddając się żadnym chorobom.

Każda osoba, która ma wystarczająco bystry wzrok, aby zrozumieć prawdziwe znaczenie tych dwóch zdań oraz poświęcić im niezbędne myśli i refleksje, może z łatwością rozpoznać, w jakim opłakanym stanie jest system odżywiania współczesnego człowieka. Z równą łatwością widzi też, że w walce z chorobami ludzkimi przez wieki ludzie uciekali się do środków zarówno błędnych, jak i niebezpiecznych, a ponadto wszystkie te środki mają w istocie bardzo niewiele wspólnego z podstawowymi przyczynami chorób .

Po latach dokładnych studiów i podstawowych osobistych doświadczeń, dzisiaj I nie ma wątpliwości, że naturalny system żywienia nie tylko uwalnia ludzkość od wszelkiego rodzaju chorób, ale także zapewnia każdemu człowiekowi cudownie długie życie, wypełnione spokojem, szczęściem i wygodą.

Życie współczesnego człowieka to straszny koszmar, nawiedzany przez niezliczone grzechy, uzależnienia i wady. Rzeczywiście, trzeba by zapełnić tysiące tomów, aby w pełni opisać wszystkie przywary człowieka, szczegółowo wyliczyć jego błędne nawyki żywieniowe, szczegółowo wskazać okrutne zepsucie jego manier i wreszcie wskazać jedną jeden z różnych błędnych sposobów zwalczania tego zła. Jednak najważniejszym problemem, jaki stoi przed nami, jest to, aby każdy człowiek jasno wiedział, w jaki sposób rodzą się choroby i jaka jest radykalna metoda wykorzenienia tych chorób raz na zawsze.

Przede wszystkim trzeba wiedzieć, jaki jest nasz organizm zbudowane i czym jest odżywianie.

Machine Translated by Google

Jak wiemy, życie na naszej planecie po raz pierwszy pojawiło się w postaci organizmów jednokomórkowych. Później te pojedyncze ciała jednokomórkowe współpracowały ze sobą, tworząc różne grupy i powołując do życia organizmy wielokomórkowe. Początkowa współpraca kilku komórek z biegiem czasu rozwija się do tego stopnia, że rodzi się żywa istota złożona z wielu miliardów komórek.

Każda pojedyncza komórka sama w sobie jest złożonym organizmem, ale takim organizmy mają różne stadia rozwoju. Najbardziej prymitywnymi organizmami jednokomórkowymi były ameby o najbardziej elementarnej budowie, które poruszały się w wodzie bez żadnego widocznego celu. Ich jedynymi funkcjami było poszukiwanie pożywienia, jedzenie, trawienie i rozmnażanie się w prostym procesie dzielenia się na dwie części.
Mieli podstawowe narządy trawienne, które rozwijały się stopniowo w miarę upływu czasu. Na późniejszym etapie rozwoju komórki te zgrupowały się, tworząc organizmy wielokomórkowe. Innymi słowy, porzucając bezcelowe życie pozbawionego indywidualizmu, przechodzą do życia opartego na współpracy, gdzie każda komórka ma określoną funkcję do spełnienia w zbiorowym schemacie zbiorowych działań.

Porównaj indywidualistyczne życie pierwotnego człowieka przed nim można nawet właściwie rozmawiać o życiu kooperacyjnym współczesnych wielkich narodów, gdzie współpracują ze sobą oddzielne grupy ludzi. Ale nawet w naszym dzisiejszym zaawansowanym społeczeństwie można znaleźć bezużyteczne, głupie, pasożytnicze i przestępcze postacie przypominające naszych leniwych przodków z pradawnych czasów. Jednak takie stworzenia żyją obok ludzi o niezwykłym talencie i geniuszu.

To samo dotyczy ludzkiego ciała, gdzie bezużyteczne komórki pasożytnicze wiodą powolną egzystencję obok niezwykle przydatnych komórek na najbardziej zaawansowanym etapie rozwoju. Ciało ludzkie ma różne organizacje i struktury, zwane gruczołami, narządami, układami i tak dalej. Te narządy i układy realizują swoje funkcje poprzez jednoczesny wysiłek poszczególnych grup wyspecjalizowanych komórek. Warto zauważyć, że te wyspecjalizowane komórki nie wykonują swoich specyficznych funkcji za pomocą specjalnych instrumentów i

Machine Translated by Google

sprzęt zbudowany na zewnątrz; raczej każdy z nich sam przekształca się, poprzez całą swoją strukturę, w wysoce złożoną fabrykę.

Tym samym komórki tworzące nerki wyposażone są w specjalne urządzenia drenujące i filtrujące, za pomocą których oddzielają się od krwi i wydalają z moczem szkodliwe dla organizmu zanieczyszczenia i trucizny; komórki gruczołów pobierają niezbędne surowce z płynu międzykomórkowego (którego surowca nie ma śladu w gotowanej żywności) i przekształcając je w hormony, dostarczają je do organizmu; komórki mięśni posiadają szczególną siłę skurczu, która umożliwia im wykonywanie ruchów ciała i wykonywanie ciężkiej pracy mechanicznej; wreszcie komórki nerwowe zasilane są kilometrami włókien, za pomocą których polecenia mózgu przekazywane są do całego ciała. Zatem każda z komórek tworzących organizm ludzki jest skomplikowaną fabryką o określonej strukturze, różniącej się funkcjami od komórek sąsiadów, począwszy od komórek paznokci, włosów, kości, mięśni i gruczołów, aż po komórki mózgu.

Bez wątpienia ukończenie tego byłoby bardzo interesujące wiedza o budowie komórek i naturze wszelkich czynności i procesów, które w nich zachodzą. Ale nawet gdyby jakimś cudem człowiek mógł przeniknąć wszystkie ukryte tajemnice komórek i ich różnorodnych funkcji, trzeba by zapełnić nie tysiące, ale miliony tomów, aby je opisać, podczas gdy każdy z nas potrzebowałby kilkunastu żyć, aby to zrobić. uzyskać jedynie pobieżny pogląd na wszystko, co zostało napisane.

Wbrew pretensjonalnym twierdzeniom niektórych chełpliwych przechwałek, człowieku ma naprawdę bardzo mało informacji na temat wszystkich tych kwestii. Z każdym postępem w nauce powinien był być coraz bardziej przekonany, że wiedza, którą udało mu się zdobyć, stanowiła nieskończenie małą część tego, co wciąż było przed nim ukryte. Jednak dzisiejszy człowiek, upojony kilkoma sukcesami technicznymi, wyobraża sobie, że jest u szczytu doskonałości naukowej i bez żadnego pozwolenia i przeszkód majstruje według własnego uznania przy tym cudzie cudów, jakim jest organizm ludzki. W rzeczywistości jest on tak naiwnie zarozumiały, że używa najstraszniejszych rz

Machine Translated by Google

wynalazkami i jeszcze straszniejszymi truciznami podejmuje się desperacko szalonych EKSPERYMENTÓW, aby zaradzić zaburzeniom, które pojawiły się w tym organizmie. Bo rzeczywiście nic dotychczas nie zostało zrobione przez DOŚWIADCZENIA, DOŚWIADCZENIA i JESZCZE WIĘCEJ DOŚWIADCZEŃ. Co więcej, dokonuje tych eksperymentów nie tylko na biednych, bezbronnych zwierzętach, ale także na własnym ciele, na swoich ukochanych dzieciach, na całej ludzkości. NIE WIDZI INNYCH SPOSOBÓW DO OSIĄGNIĘCIA SWOJEGO CELU.

Musimy jednak zawsze mieć na uwadze niezaprzeczalny fakt: człowiek, który nie ma należytej wiedzy na temat działania zwykłego zegarka, nigdy nie powinien podejmować się jego naprawy, w obawie, że przez zwykły zły ruch wskazówki nie zrujnuje całego mechanizmu. Doświadczenia współczesnych naukowców na organizmie człowieka można porównać do bezsensownego działania robotnika, który po kilku dniach pracy w fabryce próbuje rozebrać i ponownie złożyć jej maszyny.

W przypadku ostrej choroby uzdrowicielem jest zawsze natura, ale wyleczenie przypisuje się skuteczności leków, podczas gdy w wielu przypadkach, gdy choroba przyjmuje śmiertelny przebieg w bezpośrednim wyniku podania leków, śmierć zawsze przypisuje się naturalnemu przebiegowi choroby. Należy podkreślić, że w przypadku chorób przewlekłych leki z reguły pogarszają stan i osłabiają organizm.

Co zatem musi zrobić mężczyzna, gdy jego narządy zaczynają pracować nieregularnie? Czy jest ktoś na świecie, kto zna wszystkie szczegóły ludzkiego organizmu w taki sam sposób, w jaki inżynier poznaje szczegóły wszystkich elementów swojej fabryki, aż do ostatniej śrubki? Oczywiście nie. Jak już wspomniałem, naprawę dowolnego mechanizmu można zlecić jedynie temu fachowcowi, który posiada wiedzę i umiejętności, aby rozebrać wszystkie części danej maszyny i złożyć je z powrotem. Jakże jednak daleko jest człowiekowi od osiągnięcia tego celu w przypadku własnego ciała!

Co więc musi zrobić człowiek w danych okolicznościach? Czy musi złożyć ramiona i poddać się kaprysom swego losu, czy też musi

Machine Translated by Google

doprowadzić do nieszczęścia przez ciągłe wynajdywanie nowych trucizn i przeprowadzanie z nimi szalonych eksperymentów? Ani jeden, ani inny. Istnieje na szczęście natychmiastowy i niezwykle łatwy sposób, dzięki któremu człowiek może uwolnić się od wszelkich chorób.

Kiedy inżynier buduje fabrykę za pomocą matematyki obliczeniach określa jakość i ilość wszystkich surowców niezbędnych dla tej fabryki, a także staranność, jaką należy zachować przy obsłudze i konserwacji jej maszyn. Gwarantuje wówczas żywotność danej fabryki, pod warunkiem, że jego instrukcje będą wykonywane z należytą starannością.

Czym jest odżywianie?

Tak jak każdy inżynier dokonuje szczegółowych obliczeń w celu określenia surowce niezbędne dla zaprojektowanej przez niego fabryki, więc za pomocą najdokładniejszych obliczeń cudowna Natura stworzyła niezbędne surowce dla wszystkich zwierząt, w tym ludzi.

Gdy chcemy zbudować zwykłą fabrykę, najpierw wznosimy odpowiedni budynek, następnie umieszczamy w nim wszystkie niezbędne maszyny i dynamo, a na koniec, aby fabryka mogła rozpocząć produkcję, zapewniamy jej niezbędne paliwo i surowce. Ponieważ organizm ludzki ma niezwykle skomplikowaną budowę, jego surowce mają odpowiednio złożony charakter i składają się z wielu substancji.

Natura wykonała w tym kierunku ogromną pracę. Przede wszystkim dla prostej budowy ogniw przygotowano proste materiały budowlane, które różnią się w zależności od rodzaju ogniw. Zatem komórki włosów wymagają określonego rodzaju materiałów budulcowych, komórki paznokci innego rodzaju. To samo dotyczy komórek mięśni, gruczołów, nerwów i tak dalej. Ale komórki o tak prostej strukturze nie są jeszcze przydatne; każdy z nich musi teraz zostać wyposażony w odpowiedni sprzęt, odpowiadający jego konkretnej funkcji, do czego potrzebne są jeszcze dalsze materiały budowlane. Wreszcie,

Machine Translated by Google

konieczne jest zaopatrywanie tych komórek w energię i dostarczanie surowców niezbędnych do produktywnej pracy gruczołów.

Natura, dzięki swojej niezawodnej opatrzności, zebrała to wszystko w całość materiałów, których liczba sięga dziesiątek tysięcy. Każdy z tych materiałów ma swoją konkretną ilość. Zatem jednego rodzaju substancji możemy potrzebować tysiąc gramów, innego rodzaju tylko jeden gram, a trzeciego zaledwie jedną tysięczną grama. Jest to zasada obowiązująca we wszystkich fabrykach. Istotne jest, aby materiały te zawsze znajdowały się w dyspozycji ogniw w określonych ilościach. W szczególności należy zadbać o to, aby żadnego z nich nie zabrakło w zbiorze zbiorczym.

Każdy człowiek, uczony i prosty, bogaty i biedny, jest jedynym posiadaczem własnego ciała i jedynym reżyserem odpowiedzialnym za ten cudowny świat wewnętrznych galaktyk.

Warto zauważyć, że wszystkie żywe istoty na tej Ziemi, z mrówką lub wróblem słonia, rozpoznają tę zbiorczą kolekcję i w pełni wykorzystują ją do zaspokojenia swoich potrzeb żywieniowych.

Paradoksalnie, od zarania cywilizacji sam człowiek, jako jedyny wyjątek na całym świecie, stracił zmysły i całkowicie stracił z oczu integralność tych samych materiałów, które są niezbędne dla jego własnego dobra. Dlatego dzień i noc pracuje w swoich laboratoriach i warsztatach badawczych, przeprowadza wszelkiego rodzaju testy i eksperymenty, odkrywa jeden po drugim podobne materiały, wytwarza je naprędce w swoich fabrykach, wymyśla dla nich dziwne nazwy, napełnia nimi pudełka i butelki i rozsiewa je po całym świecie, aby ludzie mogli je połknąć i nie odczuwać głodu. A wszystko to nazywają nauką.

Nie zdając sobie sprawy z tego, co robią, wkroczyli naukowcy arenę wbrew naturze. Zaślepieni nałogami, ci ludzie nie są w stanie dostrzec, że przez miliony lat i najdokładniejsze obliczenia nasza matka Ziemia w swojej Opatrzności zebrała, skoncentrowała się w roślinach i wypełniła całą

Machine Translated by Google

świecie tymi bardzo odżywczymi składnikami, które dopiero zaczęli rozpoznawać, jeden po drugim.

Wszystkie żywe organizmy na świecie pochodzą od ci sami przodkowie, ale z biegiem czasu obrali różne kierunki ewolucji. Różnice anatomiczne i fizjologiczne między człowiekiem a innymi zwierzętami są zasadniczo bardzo małe.

Podobnie jak człowiek, zwierzęta te również mają serce, płuca, wątrobę, nerki, krew, kości, mózg i tak dalej. Ich narządy wymagają dokładnie tych samych składników odżywczych, co narządy człowieka. Największym błędem biologa badawczego było marnowanie zbyt wiele czasu i wysiłku na badanie problemów całkowicie drugorzędnych, błahych i sprzecznych, którymi zatkał sobie mózg i zamącił umysł, zamiast polegać na tak ogólnych faktach i danych którymi dysponuje i opiera swoją wiedzę na wynikach uzyskanych w drodze zasadniczo podstawowych eksperymentów.

Warto zwrócić uwagę na fakt, że zwierzę zrywając z drzewa w lesie „marny" liść, zaspokaja wszystkie potrzeby swojego organizmu poprzez spożycie tego „prostego" liścia. W tym jednym liściu natura skoncentrowała wszystkie substancje niezbędne do budowy nowych komórek w ciele tego zwierzęcia; różnicowanie tych komórek, odżywianie ich i dodawanie energii, a w końcu dostarczanie niezbędnych surowców dla gruczołów.

Krótko mówiąc, liść ten zawiera w pełni zbilansowane surowce do produkcji organizm zwierzęcy; Liść ten jest właściwym POKARMEM dla zwierzęcia.

Wszystkie odmiany surowych warzyw składają się głównie z Te same składniki

Jeżeli powyższe zwierzę, nie mogąc znaleźć nic do jedzenia poza tym liściem, będzie zmuszone do wyżywienia się tym jednym rodzajem pożywienia przez miesiące lub lata, jego organizm nie będzie odczuwał żadnego niedoboru witamin ani innych składników odżywczych w tym zakresie. Nie ma znaczenia, czy

Machine Translated by Google

zamiast liścia drzewa ma do dyspozycji inne rośliny.
Ważne jest to, że spożywana przez niego żywność jest NATURALNA
I NIENAruszona.

Kiedy podają miarkę paszy przed konia czy osła, nigdy nie zaprząta ich myśl, że ilość białka czy witamin może być dla zwierzęcia niewystarczająca, chociaż doskonale wiemy, że zwierzęta także, podobnie jak człowiek, potrzebują wszelkiego rodzaju witaminy, minerały i inne składniki odżywcze.

Każdy wyraźnie widzi, że wybór pożywienia, jakim dysponują tysiące różnych gatunków zwierząt, jest tak ograniczony, że zwierzęta nigdy nie mają możliwości wybrania tego, co najchętniej jedzą. Są zmuszeni żywić się kilkoma rodzajami zwykłej żywności dostępnej w ich bezpośrednim sąsiedztwie.
Nie udało nam się jednak znaleźć wśród nich ani jednego przypadku awitaminozy czy innego niedoboru żywieniowego.

Jeśli zabierzesz żywność spożytą przez te zwierzęta do laboratoria biologów, w każdym z nich znajdą kilka substancji o różnej jakości i ilościach. Powiedzą ci wtedy, że w danej roślinie jest tyle białka, tyle tłuszczu i tyle tej czy innej witaminy. Zatem w każdej roślinie wyliczą około 10-15 składników, które udało im się znaleźć i dokładnie określą ich ilość, jeden po drugim. Nawet w najbogatszych owocach liczba składników, które udało się odkryć, była ściśle ograniczona. W rzeczywistości nie dowodzi to, że każdy z tych środków spożywczych składa się jedynie z kilkunastu występujących w nim składników; jest to raczej wskazówka, że ich umiejętności techniczne i zasoby są zupełnie niewystarczające, aby w pełni przeanalizować i określić jakościowo i ilościowo wszystkie składniki, które zebrały się w laboratorium natury, aby dać początek danemu ciału roślinnemu.

Oznacza to, że w konkretnym środku spożywczym udało się odkryć tylko kilka rodzajów składników; reszta pozostała przed nimi ukryta.

Machine Translated by Google

Głównym tego powodem jest fakt, że substancje zostały odkryte przez biologów nie są głównymi składnikami tych warzyw, ale są to związki, które występują w różnych formach w różnych warzywach. Dostając się do organizmu zwierzęcia, związki te ulegają rozkładowi i ponownej syntezie, podczas którego powstają nowe związki odpowiadające potrzebom organizmu.

WSZYSTKIE WARZYWA SPOŻYWANE PRZEZ ZWIERZĘTA SKŁADAJĄ SIĘ Z SAMECH PODSTAWOWYCH SKŁADNIKÓW

Zasadniczo wszystkie warzywa składają się z trzech głównych klas substancji. Jednym z nich jest woda, która jest znana każdemu z nas. Wiemy, że nie możemy żyć bez wody, i możemy dobrze pamiętać, że najczystszym i najbezpieczniejszym znanym nam źródłem wody są owoce i warzywa. Następnie pojawia się pasza objętościowa. Jest to substancja stanowiąca szkielet ciał roślinnych, nadająca im formę i trwałość. Pasza objętościowa nie jest rozkładana i przyswajana w organach zwierzęcych; jest wydalany z organizmu w postaci kału. Jest jednak niezbędnym składnikiem diety zwierząt. Gdyby nie było paszy objętościowej, a pokarm spożywany przez zwierzę byłby całkowicie rozdrobniony i przyswojony, jelita nie miałyby nic do wydalenia i z biegiem czasu skurczyłyby się i wyschły. Jednak, co dziwne, wielu ludzi jest tak krótkowzrocznych, że uznając paszę objętościową za „niestrawną" celowo usuwają ją z pożywienia, w wyniku czego prawie cała ludzkość cierpi na zaparcia. Innymi słowy, główną przyczyną zaparć jest brak błonnika w diecie. Wracając jednak do omawianego tematu, ostatnią z trzech klas substancji występujących w owocach i warzywach jest sam składnik odżywczy, który jest w całości trawiony i przyswajany przez organizm.

Zasadnicze różnice pomiędzy różnymi warzywami wynikają z różnic we względnych ilościach tych trzech klas substancji.
Zatem główna różnica między trawą pospolitą a owocami polega na tym, że w pierwszym z nich dominuje pasza objętościowa, podczas gdy owoce zawierają jedynie umiarkowaną ilość paszy objętościowej, z dużą ilością skoncentrowanych składników odżywczych i odpowiednią ilością wody. Ze względu na specjalną strukturę

Machine Translated by Google

Dzięki swoim narządom trawiennym i zdolności przeżuwania czworonogi potrafią miażdżyć i mielić trawę, wydobywać z niej słabo rozproszone składniki odżywcze, a resztę wydalać z organizmu. W ten sposób niektóre zwierzęta zdobywają pożywienie z suchego siana lub słomy; wielbłąd jest w stanie utrzymać życie na pustynnych ostuch, a osioł na najbardziej szorstkiej trawie.

Można z tego wyciągnąć ważny wniosek, że wszystkie warzywa zawierają składniki odżywcze niezbędne do utrzymania organizmów zwierzęcych, tylko w niektórych warzywach występują one w postaci rozproszonej, w innych są silnie skoncentrowane. Wśród naturalnych produktów spożywczych najbardziej pożywne są orzechy włoskie, migdały, zboża, rośliny strączkowe, ziemniaki, marchew, banany, winogrona i wszystkie inne owoce, a następnie inne korzenie, zioła i warzywa; innymi słowy, ten sam pokarm, który człowiek wyrwał pyskom innych zwierząt i przywłaszczył sobie. Jednak ilekroć w dyskusji pojawia się kwestia jedzenia na surowo, ten sam człowiek bezwstydnie odpowiada: „Jak mogę się odżywiać bez gotowanego jedzenia?" Bardziej haniebnej wypowiedzi nie można znaleźć na świecie, ale niestety uzależnienie od zjadania zwłok tak zaślepiło ludzkość, że w rzeczywistości jest to zwyczajowa reakcja większości ludzi. Ci, którzy nie mają niezbędnego doświadczenia, nie są w stanie zdać sobie sprawy, jak bogate i pożywne są te substancje i jak niewielka jest ich ilość, aby zaspokoić nasze codzienne potrzeby. W moim przypadku dotarcie do prawdy zajęło mi lata. Ale o tym powiem więcej później.

Te składniki odżywcze, które występują w postaci skoncentrowanej w owocach drzewa, występują również słabo rozproszone w jego liściach, korze i gałęziach. Gigantyczne zwierzę, takie jak żyrafa, odżywia się liśćmi drzew. Kiedy mały pączek drzewa zostaje zaszczepiony na innym drzewie, wypuszcza gałęzie i ostatecznie daje odpowiedni owoc.
Jest to wyraźna wskazówka, że w pączku znajdują się wszystkie elementarne składniki niezbędne do powstania danego owocu.

Czym są te elementarne składniki? Są to atomy, które można uznać za najmniejszą, chemicznie niepodzielną cząstkę

Machine Translated by Google

pierwiastka, który może brać udział w przemianie chemicznej, oraz cząsteczki, czyli najmniejsze cząstki pierwiastka lub związku, które normalnie mogą prowadzić odrębne życie. Wszystkie rośliny jadalne składają się z niemal tych samych elementów, poprzez różne proporcje i układy, z których tworzą się rozmaite związki, różniące się między sobą formą, barwą i smakiem. Co więcej, goździk i owca są dokładnie takie same. Po wprowadzeniu do żołądka owcy goździk zmienia swoją strukturę molekularną i staje się owcą.

Istnieje podobna zgodność między owocem a człowiekiem.

Całe życie roślinne i zwierzęce jest niczym innym jak wieczną wymianą i krążenie atomów. To tutaj objawia się wielki cud i natura. Wrzucamy do ziemi drobne ziarenko nie większe od główki szpilki. Po kilku powoli kiełkuje, następnie wypuszcza gałęzie i liście, a po pewnym czasie wydaje owoce. Później zamienia się w krowę, konia lub człowieka, który przez chwilę błąka się po tym świecie, a następnie zwraca swoje atomy Ziemi. Tam, pod ożywczym wpływem światła słonecznego, te właśnie atomy odżywają na nowo, tchnie się w nie nowe życie i ponownie zamieniają się w te same rośliny i zwierzęta, aby w kółko kontynuować nieskończone cykle stworzenia.

Aby jednak mogło zrodzić żywy organizm, ciało roślinne musi być kompletne i ŻYWE. Co więcej, w żadnym wypadku nie wystarczy, aby artykuł spożywczy był jedynie żywy; idealna odżywka roślinna musi być AKTYWNA, a NIE DRZECZNA.

Wieloletnie doświadczenie pokazało nam, że ptaki klatkowe nie są zadowolone same suche nasiona. Ze swoimi suchymi nasionami wymagają również świeżej żywności. Szczególna odmiana tych nasion lub świeżej żywności nie jest bardzo istotna. Doskonałe odżywienie można uzyskać wybierając określoną odmianę nasion lub zbóż i uzupełniając je dowolnym rodzajem świeżych owoców lub warzyw.

Fakt ten prowadzi nas do ważnego wniosku, że najdoskonalszy produkt spożywczy przestaje być doskonały, gdy trochę wyschnie. Następnie

Machine Translated by Google

jak możemy uważać za pożywienie te substancje, które wydobywają się z piekarników, kuchni i szczęk ryczących maszyn?

Niemniej jednak organizmy zwierzęce nie doznają poważnej szkody, jeśli podczas kilku miesięcy zimowych pozbawia się je świeżej żywności. Uzupełniają bowiem braki wiosną i latem, kiedy cała przyroda budzi się na nowo do życia. Natura przyzwyczaiła ich do takiego trybu życia. Suszone nasiona, zboża i rośliny strączkowe są rzeczywiście żywymi środkami spożywczymi, ale znajdują się w stanie obojętnym i uśpionym. Na szczęście można je łatwo pobudzić, aktywować i zamienić w doskonałą pożywkę poprzez namoczenie w wodzie i przetrzymanie w chłodnym powietrzu przez dzień lub dwa. Zatem spożywając wyłącznie kiełki (aktywowane) ziarna, człowiek ma szansę zapewnić sobie doskonałe odżywienie o każdej porze roku i w każdym zakątku Ziemi. Pozostałe tysiące świeżych i apetycznych artykułów spożywczych może następnie wykorzystać, aby urozmaicić swoją dietę i uczynić życie jeszcze przyjemniejszym.

Życie jest organizacją energii i materii. Kiedy chcemy zbudować maszynę, składamy wszystkie niezbędne części zgodnie z projektem i gdy tylko zostanie dopracowany ostatni szczegół, maszyna zacznie działać. Czynnikiem wprawiającym w ruch fabrykę ludzką jest dusza, która łącząc się ze wszystkimi innymi cząsteczkami uzupełnia strukturę organizmu i wprawia go w ruch.

Właściwości poszczególnych białek, witamin i Minerały i wszystkie indywidualne składniki odżywcze Nie powinno już stanowić podstawy do dyskusji

W ostatniej sekcji widzieliśmy, że wszystkie jadalne ciała roślinne składają się z te same pierwiastki oraz że różnice w ich właściwościach chemicznych i fizycznych wynikają z różnic w ich składzie i strukturze molekularnej. Niestety, biolodzy zignorowali ten niezaprzeczalny fakt i oparli całą swoją naukę na różnych złożonych związkach, które odkryli w artykułach spożywczych. Odurzeni odkryciami dokonanymi w swoich laboratoriach, zamknęli oczy na to cudowne laboratorium natury, do którego dostarczamy ziarno tak małe, że

Machine Translated by Google

być ledwo widoczne gołym okiem, a w zamian w ciągu kilku tygodni otrzymać najdoskonalszy środek spożywczy, zaspokajający pod każdym względem wszystkie potrzeby naszego organizmu. Ale albo odrzucają tę hojną dobroć natury, albo ją palą i niszczą, po czym w swoich nędznych laboratoriach przygotowują pewne martwe substancje w pewnym stopniu do niej podobne. Tym miksturom nadają teraz różne nazwy i numery i używają ich do uszkodzenia przede wszystkim organów własnych i swoich niewinnych dzieci.

Tak więc, twierdzą, że znaleźli w winogronach kilka różnych substancji że winogrona zawierają takie a takie składniki, jak gdyby nie zawierały niczego innego. To samo robią w przypadku wszelkich naturalnych i nienaturalnych produktów spożywczych, a taki produkt spożywczy, w którym uda im się znaleźć którykolwiek z tych składników, jest nam polecany jako źródło danego składnika odżywczego. W wyniku takiej krótkowzroczności najbardziej szkodliwe produkty spożywcze są przedstawiane jako w pełni zbilansowane składniki odżywcze i odwrotn

Wystarczy wziąć ołówek i sporządzić listę substancji, które biolodzy odkryli w produktach spożywczych, które można uzyskać od krowy: wołowinie, wątrobie, mózgu, sercu, mleku, miodzie i serze. Zobaczmy teraz, czy uda im się wykryć wszystkie te substancje w koniczynie, słomie czy pospolitych ziołach górskich w identycznej postaci. Oczywiście nie. Nikt jednak nie może zaprzeczyć, że surowcem, z którego powstaje ciało krowy, są właśnie te rośliny; to znaczy cała krowa jest uformowana w całości z tych traw. Jeśli uznamy pokarm zwierzęcy za całkowicie wystarczający pokarm dla mięsożernej bestii, to dzieje się tak dlatego, że cała tusza ofiary wraz ze skórą, kośćmi, krwią i mięsem, a co więcej, wraz ze wszystkimi żywymi komórkami, ma wartość odżywczą równą do trawy. Ale jaką wartość ma mleko, masło czy mięso brane osobno? Każda z nich ma nieskończenie mały ułamek wartości trawy pospolitej i to pod warunkiem, że jest ona w stanie surowym. To, co pozostaje ze składników odżywczych tych substancji po ugotowaniu, nie wymaga wzmacniania. Obyśmy zatem zdali sobie sprawę z prawdziwej wartości odżywczej mleka lub mięsa, wychwalanej od wieków przez naiwnych ludzi!

Obyśmy zatem osądzili prawdziwą wartość wszystkich reklam zdobiących puszki i puszki niezliczonych odmian suszonego i zdegradowanego mleka.

Machine Translated by Google

Sprawiedliwość wymaga, aby odtąd rozpowszechniający takie reklamy byli ścigani i surowo karani, ponieważ odpowiedzialność za śmierć milionów dzieci spoczywa wyłącznie na ich barkach.

Przyznaję, że człowiek wiecznie pragnie poznawać nowe rzeczy, zgłębiać tajemnice natury, poszerzać horyzonty swojej wiedzy. Szczególnie ważne jest, aby każdy posiadacz fabryki zapoznał się z tajemnicami surowców potrzebnych do jego fabryki.

Niech naukowcy zamkną swoje badania w czterech ścianach swoich laboratoriów aż do dnia, w którym uda im się wyhodować roślinę z nasion składających się wyłącznie z syntetycznych składników wytworzonych w ich warsztatach. Wtedy ich mądrość będzie równa mądrości natury. Ale nasz świat jest już pełen takich nasion, dzięki którym pozyskujemy najbardziej odpowiednie składniki odżywcze, zaspokajające wszystkie niezbędne potrzeby naszego organizmu. Odżywka ta jest wolna od najmniejszych śladów wad. Nie brakuje w nim żadnej substancji; żadna substancja nie jest zbędna; każdy składnik ma swoją jakość, ilość i funkcję określone na podstawie najdokładniejszych obliczeń.

Mówią nam, żebyśmy spożywali białko, bo białko jest dobre dla zdrowia. Ale ile musimy spożywać? Czy istnieje ogólnie uzgodniona wielkość naszego dziennego zapotrzebowania? Cegły są niezbędne do wzniesienia budynku, ale z pewnością nie można ich bezkrytycznie układać w stosy lub układać jedna na drugiej bez użycia zaprawy.

Na arenę wkroczyli nowi technicy. Przesiedlili się doświadczeni inżynierowie z wielu skomplikowanych fabryk, a teraz chcą sami konserwować i obsługiwać te fabryki.
Wszędzie porozrzucane są fragmenty surowców.
Każdy z nich od niechcenia bierze to, co mu wpadnie w ręce i dostarcza do fabryki. Jeden przynosi kamienie, inny żelazo; trzeci niesie glinę, czwarty wodę. Wszystko to łączy się w jedną całość, bez ustalonego planu i projektu, a potem idą i przynoszą coraz więcej.
Liczne substancje organiczne i nieorganiczne stale wytwarzają swoje

Machine Translated by Google

wygląd. Podaje się maszynę garścią określonej substancji, twierdząc, że jest przydatna; inny napełnia go wiadrem drugiej substancji, twierdząc, że jest ona jeszcze bardziej użyteczna. W ten sposób każdy dusi fabrykę czymkolwiek, co według niego jest składnikiem właściwych surowców. Prowadzone są eksperymenty, niekończące się eksperymenty. Z jednej strony wielu głupich ludzi podpaliło te surowce; z drugiej strony wszyscy się spieszą, żeby zebrać z tlących się popiołów tyle, ile się da, i wrzucić do dyszy fabryki.

Naturalnie fabryka zaczyna pracować nieregularnie. Więcej fabryka pracuje nieregularnie, tym bardziej początkujący specjaliści mnożą swoje wysiłki. Biegają w tę i tamtą stronę w poszukiwaniu nowych środków i nowych materiałów. W tym zgiełku depczą, niszczą lub spalają najważniejsze składniki chemiczne surowców, składniki, które czasami są zbyt małe, aby mogły zostać przez nie zauważone. Kiedy widzą, że ich wysiłki nie przynoszą skutku i stan fabryki stopniowo się pogarsza, udają się jeszcze dalej w pustkowie i znajdują zupełnie nowe substancje, które nie mają żadnego związku z surowcami fabryki, i starają się za ich pomocą regulować pracę swojego zakładu. Jedna z tych nowych substancji zatrzymuje na chwilę wrzask fabryki, inna tłumi jej przeszywający pisk, trzecia spowalnia obroty niektórych mechanizmów, a czwarta przeciwnie, jeszcze je przyspiesza. Te zmiany wydają im się dobrymi znakami; skaczą z radości i klaszczą w dłonie jak małe dzieci, a potem przystępują do poszukiwań „silniejszych i skuteczniejszych” substancji. Czasem niektóre sekcje fabryki w ogóle przestają funkcjonować lub funkcjonują na tyle nieregularnie, że zagrażają bezpieczeństwu sąsiadów. To wtedy mężczyźni wykazują największą zręczność. Umiejętnie usuwają i wyrzucają te „bezużyteczne” części.

Nic dziwnego, że wszystkie te wysiłki kończą się całkowitym niepowodzeniem, a fabryki jedna po drugiej zbyt szybko tracą pracę. Ale nieudolni inżynierowie nie tracą nadziei.

Machine Translated by Google

Nie ustają w swoich desperackich eksperymentach, odmawiając przypomnienia prawdziwego inżyniera tych fabryk, ich natury, której zaprzeczają.

Ciągłe porównywanie ludzkiego ciała do fabryki nie odbywa się w sensie przenośnym. Ciało ludzkie bowiem jest rzeczywiście fabryką jak wszystkie inne, z tą różnicą, że jest znacznie bardziej skomplikowane niż zwykła fabryka, a jego elementy składowe są tak małe, że większość z nich jest niewidoczna i niezrozumiała dla człowieka.

Podobnie jak inżynierowie powyżej, nasi biolodzy przeprowadzają eksperymenty na ludzi za pomocą najstraszniejszych dostępnych narzędzi, najpodlejszej możliwej żywności, różnych syntetycznych preparatów i wszystkich znanych ludzkości śmiertelnych trucizn. Publikują niekończące się listy z niekończącymi się nazwami substancji i zwodzą ludzi swoimi wprowadzającymi w błąd zaleceniami. Każdy sugeruje, co mu się podoba, każdy mówi, co mu przychodzi do głowy, postępując losowo, zgodnie z zasadą kciuka.
Zapełniają tysiące tomów i zalewają nimi świat, grzmią w radiu, drukują ogłoszenia w gazetach.
Ale wszystko, co robią, jest fałszywe, wszystko, co mówią, jest sprzeczne.
Przedstawiają najbardziej szkodliwą substancję jako niezwykle korzystną, ale zabraniają używania tego, co niezbędne. W tej mieszance chaosu i zamieszania sami autorzy błąkają się po labiryncie wątpliwości i niezdecydowania, podczas gdy ich publiczność stoi zakłopotana i zdezorientowana.
Tymczasem, niestety, miliony najbliższych odchodzą z tego życia, niepotrzebnie przed właściwym czasem.

Wzywam wszystkich szlachetnych ludzi na całym świecie, aby wyszli ich letargicznej obojętności, choćby ze względu na zdrowie własne i swoich bliskich. Niech połączą ze mną ręce, abyśmy naszą mocą jedności otworzyli oczy ludzkości, zmienili obecne błędne nawyki żywieniowe i położyli kres tym strasznym masakrom.

Niech każdy z nas otworzy oczy i uważnie przyjrzy się szokującym skandalom, które hańbią współczesną cywilizację. W wyniku niewłaściwej postawy przyjętej przez naszych naukowców na pole bitwy wkroczyli spekulanci i spekulanci. Najbardziej szkodliwe i rażąco zafałszowane produkty spożywcze są swobodnie reklamowane jako bogate źródła witamin i rzeczywiście tak jest

Machine Translated by Google

otwarcie sprzedawane publicznie. Należą do nich ciastka, słodycze, napoje bezalkoholowe, takie jak Coca-Cola i lemoniada, zgniłe mięso, mleko w proszku i tysiące innych różnorodnych artykułów spożywczych, które zostały całkowicie pozbawione najważniejszych składników odżywczych i są szczególnie podatne na wywoływanie chorób i zabijanie ludzi. To tu, to tam zbierane są najciekawsze substancje, mieszane, rozlewane do puszek i kartonów, etykietowane długą gamą pozornie naukowych nazw zwierząt domowych i sprzedawane naiwnej opinii publicznej jako preparaty „dietetyczne” po zawyż
Współczesna medycyna została skomercjalizowana do tego stopnia, że prywatne laboratoria płacą lekarzom 50-procentową prowizję od kierowanych do nich pacjentów. Aby przedstawić szczegółowy obraz całego zepsucia współczesnego świata, trzeba by zapełnić setki tomów. W chwili obecnej nie mam czasu podjąć się tego zadania.

Tymczasem biolodzy podczas swoich badań znajdują pewną witaminę. Nieco później odkrywają, że nie jest to prosty związek, ale skomplikowany kompleks kilkunastu substancji, dla których wybierają nazwę. Stopniowo zauważają, że dana witamina nie wykazuje swojej mocy pod nieobecność innych, lub zauważają, że po wprowadzeniu do organizmu jedna substancja zmienia się w drugą i tak dalej.

Wpływ sztucznych witamin na organizm ludzki jest oczywisty i sprzeczny. Ludzie kładą cegły dom za rzędem bez użycia zaprawy, a następnie, aby naprawić ten błąd, przygotowują ogromną beczkę gorszej zaprawy i wylewają ją na raz na budynek. Przyklejając się do zewnętrznej powierzchni cegieł, zaprawa ta przez pewien czas chroni budynek przed wiatrem i deszczem, nie penetruje jednak spoin między cegłami i oczywiście nigdy nie dociera do wewnętrznych warstw konstrukcji. Czasami używa się nadmiernej ilości tej fałszywej zaprawy; wtedy każdy budynek, którego fundamenty są nieco chwiejne, po prostu się zawali. Właśnie tak czasami się dzieje podczas wstrzykiwania witamin, gdy pacjent umiera bezpośrednio po wstrzyknięciu. Jak można przedstawić jako substancję odżywczą substancję, której najmniejsza ilość zabija człowieka od środka?

Machine Translated by Google

pięć minut od wejścia do organizmu człowieka? Kiedy ludzie opamiętają się i porzucą takie szaleństwa? Pomimo mnóstwa niepowodzeń, rozczarowań i nieszczęść ludzie nadal podążają błędną i zgubną drogą, nie cofając się ani na krok.

Ciągle pojawiają się nowe książki; Do starych stale dodawane są nowe listy i zalecenia, a z fabryk do ludzkich organów stale napływa niekończąca się powódź trucizn. W obecnej sytuacji napisano tysiące tomów na temat odżywiania i tematów pokrewnych, wszystkie przedstawiające różne poglądy i punkty widzenia, różne szczegóły i szczegóły, różne listy i tabele.

Załóżmy na chwilę, że książki pisane są indywidualnie witaminy i inne składniki odżywcze, zalecenia żywieniowe oraz wykaz konkretnych diet są zgodne z prawdą. Możemy wtedy zastanawiać się, czy jest to rzeczywiście praktyczny system żywienia człowieka i czy ci, którzy chcą żyć na tym świecie, nie są dotknięci smutną koniecznością uczenia się wszystkich tych książek na pamięć. Co zatem stanie się z milionami, które żyją w górach i dolinach, w odległych wioskach i wioskach i nie mają możliwości zapoznania się z takimi listami i tabelami dietetycznymi? Czy muszą umrzeć z głodu?

Nie, dobrzy przyjaciele, obudźcie się z odrętwienia obojętności, bo nie taki jest sposób życia przeznaczony człowiekowi. Takie życie w istocie nie jest w ogóle życiem; to koszmar. Powinniśmy doprowadzić do całkowitej i natychmiastowej zmiany naszego podejścia do problemów żywieniowych. Należy położyć kres publikacjom na temat poszczególnych składników odżywczych i diet oraz natychmiast zaprzestać przepisywania sztucznych witamin i trujących leków.

Jest tylko jeden sposób, aby raz na zawsze uwolnić ludzkość od tego koszmaru, a mianowicie radykalna zmiana naszego trybu życia i nawyków żywieniowych. Nawyki te należy zmienić w taki sposób, aby zharmonizować i zharmonizować prawidłowy system żywienia z życiem człowieka. Wtedy wybór pomiędzy poszczególnymi składnikami odżywczymi nie będzie już służył żadnemu pożytecznemu celowi i ludzie nie będą już zwracać uwagi na określone diety. Tylko takie w pełni zbalansowane

Machine Translated by Google

artykuły spożywcze należy przechowywać w domu, gdyż mają identyczne wartości odżywcze; innymi słowy, każdy pokarm spożywany przez człowieka powinien sam w sobie stanowić pełnowartościowy składnik odżywczy.

Czytelnicy nie powinni myśleć, że bardzo trudno jest przewodzić całej ludzkości wzdłuż tej wspaniałej ścieżki. Tylko na pozór tak się wydaje. Sama przeszłam wszystkie jego etapy i wiem, że wcale nie jest to trudne, ale niezwykle łatwe zadanie, któremu jestem gotowa poświęcić cały swój czas i energię.

Musimy stworzyć takie warunki, które umożliwią bogatym i biednym, dużym i małym, uczonym i prostym prowadzenie zdrowego życia, bez ciągłego obowiązku dokonywania przymusowego wyboru między spożywanymi przez nich produktami spożywczymi. Wtedy o wyborze pożywienia będzie decydował nasz zmysł smaku, którego wymagania i życzenia będą naszym nieomylnym przewodnikiem w wyborze naturalnych artykułów spożywczych.

W końcu możemy się zastanawiać, czego i czego szukają biolodzy ich ostatecznym celem jest. Być może oni sami nie mają jasnej koncepcji ostatecznego celu, ale im powiem. Próbują dowiedzieć się, jakich substancji potrzebuje nasz organizm, aby prowadzić zdrowy tryb życia. Chcą ustalić prawidłowe funkcjonowanie każdej witaminy i każdego minerału w naszym organizmie. Odkrywają, że dana witamina stymuluje nasz wzrost, inna chroni przed infekcjami, trzecia wzmacnia zęby i tak dalej. Ale zamiast narażać się na te wszystkie kłopoty, czy nie byłoby lepiej, gdyby chociaż raz odwiedzili afrykańskie dżungle i zapytali tamtejsze słonie, jakie pigułki wapniowe brali, żeby wyhodować mocną kość słoniową lub jakie rodzaje białek konsumowali, aby zgromadzić swoją ogromną masę?

Załóżmy, że po nieustannej pracy przez tysiące lat w końcu osiągną upragniony cel. Będą wtedy w stanie rozpoznać wszystkie składniki ziarna pszenicy lub innego ciała roślinnego i zrozumieć wszystkie szczegóły ich funkcji w naszym organizmie. Ale to, czego tak żarliwie szukają, jest już w zasięgu ręki i w obfitości. W ten sposób osiągnęli swój szczyt

Machine Translated by Google

cel, cel, który po miriadach lat z trudem mieli nadzieję osiągnąć w swoich laboratoriach. Czego więcej w takim razie szukają?

Czytelnikowi nie wolno jednak zakładać, że biolodzy to ludzie zupełnie bezmyślni. Mają powody, aby postępować tak, jak robią, i z ich własnego punktu widzenia są to dość mocne i przekonujące powody. Naukowcy są bowiem osobami „cywilizowanymi i kulturalnymi"; nie są to ani pierwotni ludzie zamieszkujący ciemne lasy, ani żyjący w owczarniach i stajniach. Jak więc mogą zrezygnować ze swojego białego chleba, pysznych ciast i delikatnych wypieków i napełnić usta surową pszenicą, zupełnie jak prymitywni dzicy? Prawdą jest oczywiście, że przekształcając całą i nieskalaną pszenicę w biały chleb lub ciastka, z wyjątkiem martwej skrobi i cukru, wszystkie dziesiątki tysięcy składników odżywczych ulegają zniszczeniu, ale wydaje się, że ich to nie martwi. Nigdy nie pozwalają nam zapomnieć, że pozbawiona życia skrobia i cukier również mają swoje „zalety". Dostarczają niezbędnych kalorii, aby ogrzać nasz organizm, a potrzeby naszych narządów, gruczołów i nerwów zaspokajają tak cudowne „naukowe" środki, jak sztuczne witaminy, preparaty mineralne, fałszywe hormony, a przede wszystkim mnogość trucizn, wyróżniających się jedną inny pod względem siły i mocy.

Wreszcie, co by się stało z przemysłem, szpitalami, lekarzami, pielęgniarkami, aptekami, narzędziami chirurgicznymi i innymi podobnymi urządzeniami? Jakiego wysiłku nie włożono, aby je zdobyć i ile pracy nie włożono w ich budowę! Jak mogli porzucić te wszystkie „osiągnięcia" na rzecz tej trywialnej pszenicy? Takiego kroku nie można nawet rozważać, a tym bardziej faktycznie podjąć. Nie ma większego znaczenia, czy tysiące, nie, miliony ludzi umierają na zawały serca, raka i inne choroby. Prędzej czy później ludzie i tak muszą umrzeć, więc czy nie byłoby lepiej dla nich umrzeć trochę wcześniej i uwolnić się od udręk i cierpień tego świata? Jaki sens ma życie do 200 roku życia w świecie, który jest coraz bardziej przeludniony? Nie zdziw się, gdy dowiesz się, że są ludzie o takim nastawieniu. Można rzeczywiście stwierdzić, że większość ludzkości, zaślepiona uzależnieniem od zjadania zwłok, myśli dzisiaj w ten sposób. Ale uroczyście oświadczam całemu światu, że WSZYSCY LUDZCY MUSZĄ

Machine Translated by Google

Niemniej jednak nie przeczę, że przez cały czas motywem przewodnim biologów była chęć służenia ludzkości. Kiedy jednak zobaczą fiasko swoich wysiłków, powinni bez chwili zwłoki zmienić swoje niebezpieczne postępowanie i natychmiast zaprzestać publikacji wszystkich książek poruszających te tematy; w przeciwnym razie z pewnością zasłużą na przekleństwo przyszłych pokoleń. Po zebraniu wszystkich sprzecznych faktów i liczb, które można znaleźć w książkach o żywieniu, dokładnie przesiałem i zważyłem dostępne dowody i wyciągnąłem podstawowy wniosek, że w kwestii odżywiania odtąd cała ludzkość powinna myśleć podobnie i karmić podobnie.

W odniesieniu do tego wniosku nie może być ani sceptycyzmu, ani sprzeciwu.

Skoro zatem wydane dotychczas książki o poszczególnych składnikach odżywczych i różnych dietach spełniły swoje zadanie, należy je wszystkie wycofać z obiegu, aby w świadomości społeczeństwa nie plątały się już błędne i sprzeczne teorie. . Innymi słowy, należy zakazać wszystkich książek omawiających funkcje i „zalety” białek, węglowodanów, tłuszczów, witamin i minerałów. Podobnie powinny być wszystkie te niebezpieczne publikacje, w których próbuje się udowodnić, że wartość niektórych produktów spożywczych leży w jakimś konkretnym zawartym w nich składniku odżywczym.

Nawet te książki, w których ich autorzy starają się potwierdzić wyższość niektórych rodzajów owoców nad innymi, należy uznać za zbędne. Co najwyżej przyszłe badania mogą być ukierunkowane na przeprowadzenie ogólnych eksperymentów w celu dostarczenia danych niezbędnych do określenia stopnia rozwoju i zalet jednej klasy środków spożywczych w porównaniu z innymi klasami. Na przykład można przeprowadzić badania w celu ustalenia szerokich różnic między owocami, zbożami, roślinami strączkowymi, orzechami, zielonymi warzywami i korzeniami, jeśli takie różnice rzeczywiście istnieją.

Machine Translated by Google

Odtąd głównym obowiązkiem wszystkich postępowych pisarzy, naukowców, lekarzy, dziennikarzy i działaczy humanitarnych powinno być pokazanie ogółowi społeczeństwa wszystkich aspektów ogromnych szkód spowodowanych degeneracją naturalnych składników odżywczych i nawoływanie ludzi do bezwarunkowego podporządkowania się przykazaniom natury.

Prawdziwe ciało i fałszywe ciało

Zwykły konsument gotowanej żywności to tak naprawdę połączenie dwóch osób w jednej; ma dwa ciała. Pierwsze ciało, PRAWDZIWY CZŁOWIEK, to sam prawdziwy człowiek, który został powołany do życia poprzez naturalne odżywianie i nadal jest przez nie podtrzymywany. Drugie ciało, FAŁSZYWY CZŁOWIEK, powstało dzięki nienaturalnemu, gotowanemu, sztucznemu jedzeniu i nadal żyje wyłącznie dzięki nienaturalnemu odżywianiu.

Wszystkie te komórki ludzkiego ciała, które będąc zdrowymi, wyspecjalizowanymi i aktywnymi, podtrzymują życie i utrzymują człowieka na nogach, są zbudowane, odżywiane, obsługiwane i całkowicie zastępowane przez naturalne produkty spożywcze. Są to komórki, które dają siłę mięśniom, regulują skurcze serca, przekazują impulsy mózgowe do organizmu i wytwarzają wydzieliny. Oprócz tych wysoce rozwiniętych komórek istnieją inne komórki, które wykazują pewne powierzchowne podobieństwo do normalnych komórek, ale w rzeczywistości mają najbardziej elementarną strukturę, brakuje im maszynerii i mechanizmów niezbędnych do wykonywania wyspecjalizowanych funkcji i są na ogół zdegenerowane i chore. Komórki te rodzą się, rozmnażają i rozmnażają całkowicie kosztem nienaturalnej i zdegradowanej żywności.

W organizmie człowieka uzależnionego od gotowanego jedzenia prawdziwy mężczyzna zajmuje bardzo niewiele rzeczywiście pokój. Nawet u najcieńszej osoby znaczna część ciała składa się z nieaktywnych komórek.

Każdy gruczoł czy narząd potrzebuje określonej liczby aktywnych i wyspecjalizowanych komórek, jednak gdy tylko utworzy się niezbędny ich zestaw, budowa dodatkowych komórek w danym narządzie ustaje,

Machine Translated by Google

w przeciwnym razie urósłby do nadmiernych rozmiarów. Ponieważ aktywne komórki powstają jedynie poprzez naturalne odżywianie, podczas gdy osoba uzależniona od jedzenia nie dostarcza swojemu organizmowi niezbędnej ilości naturalnego pożywienia, narząd ma obowiązek zrównoważyć powstały niedobór i utrzymać swoją wielkość w rozsądnych granicach poprzez gromadzenie pewna liczba nieaktywnych komórek wytwarzanych z gotowanej żywności. Takie bezużyteczne i pasożytnicze komórki obfitują we wszystkich narządach i układach osoby uzależnionej od jedzenia, nie wyłączając kości, paznokci i włosów.

Niemniej jednak organizm niektórych osób jest jeszcze w stanie przez pewien czas walczyć z nienaturalnymi dietami. Rzeczywiście, z całych sił stara się zapobiegać tworzeniu się fałszywego człowieka poprzez zmniejszenie apetytu, zaburzenia żołądkowe, nudności, wymioty, bezsenność, bóle głowy i inne podobne środki. Osoby krótkowzroczne traktują takie objawy zapobiegawcze jako oznakę pewnego osłabienia organizmu, dlatego zamiast zaprzestać spożywania nienaturalnych pokarmów, tym bardziej zachęcają do ich stosowania, aby „odżywić i wzmocnić" pacjenta. A kiedy pod ciągłym atakiem „pożywnej" żywności długa, przeciągająca się walka dobiega tragicznego końca wraz z porażką prawdziwego człowieka, organizm zmuszony jest porzucić swój zaciekły opór i „przystosować się" do tych nienaturalnych pokarmów. To sygnał narodzin fałszywego człowieka, który wkrótce zaczyna pożerać jak wilk i nieodparcie rosnąć. Jednak krótkowzroczni ludzie uważają ten wzrost za niezawodną oznakę powrotu do zdrowia.

Z biegiem czasu ten opór osłabł i obecnie osiągnięto etap, w którym rodzi się bardzo wiele dzieci z dwoma ciałami. Takie dzieci zaczynają rozwijać fałszywego człowieka jeszcze zanim przyjdą na świat. Fałszywego mężczyznę widać na każdym kroku, na pośladkach i nogach kobiet, na tłustych policzkach dzieci, na wystających brzuchach i szyjach mężczyzn i gdzie indziej. Fałszywy mężczyzna deformuje ładne sylwetki młodych dziewcząt w kwiecie wieku, pozbawia dorosłych zdolności do pracy. Wnika do serca, nerek, naczyń krwionośnych, gruczołów i tkanek człowieka i paraliżuje jego aktywność. Generalnie bierze w swoje szpony prawdziwego mężczyznę i stopniowo go ściska i dusi.

Machine Translated by Google

Kiedy osoba uzależniona od gotowanego jedzenia zaspokaja swój głód poprzez zjedzenie jakiegoś owocu, oznacza to, że w danym momencie prawdziwy mężczyzna jest do syta i nie ma już ochoty na jedzenie. Ale fałszywy człowiek nie otrzymał w ogóle żadnego udziału w naturalnym pożywieniu, dlatego teraz domaga się własnego, specjalnego pożywienia. Sprawę szczególnie niefortunną czyni fakt, że wyraża swoje negatywne pragnienia ustami prawdziwego mężczyzny. Nienasycona żądza gotowanego jedzenia jest popędem tego potwora i nie ma żadnego związku z wymaganiami prawdziwego mężczyzny. Pragnienie to zmienia się w obżarstwo w momencie, gdy łączą się dwie brutalne namiętności, uzależnienie i negatywne pragnieni

To tutaj prawdziwy mężczyzna, bez żadnej myśli i refleksji, wykonuje najbardziej nikczemne zadanie. Modzi się nieprzerwanie dzień po dniu, z wielkim bólem i trudem zarabia pieniądze, a potem z jeszcze większym bólem i trudem zamienia naturalną żywność, którą kupił za swoje ciężko zarobione pieniądze, w szkodliwe substancje, wprowadza je do swojego organizmu poprzez własnych ustach, trawi je w przewodzie pokarmowym, wchłania do krwioobiegu i dostarcza temu potworowi, swemu najzacieklejszemu wrogowi, którego wychowuje i pielęgnuje na własnym łonie i którego obrzydliwe ciało nieustannie dźwiga na swoich wątłych mięśniach.

W tym miejscu muszę zapytać biologów, którzy wychwalają białka i pokładają fałszywe nadzieje w rzekomej sile sztucznych witamin, czy nie współczują tym mężczyznom i kobietom, którzy chwieją się i chwieją, wlokąc się ulicą, ledwo mogąc ciągnąć ogromny ciężar fałszywego człowieka na swoich słabych nogach. Gdzie sumienie i rozsądek tych ludzi? Czy te masy bezużytecznego tłuszczu i mięsa nie dają im do myślenia? W końcu otyłość jest owocem ich „w pełni zbilansowanych” białek zwierzęcych i „strawnego” białego chleba. Wystarczy spróbować pozbawić tych grubasów chleba i mięsa i nakarmić ich przez jakiś czas najbardziej elementarnymi prawami natury, a potem zwrócić uwagę, jak te diabelskie masy topnieją i znikają w ciągu kilku miesięcy.

Kiedy zastanowimy się, jak łatwo możemy pozbyć się tych zbędnych stosy mięsa i efekt całkowitego wyzdrowienia za pomocą najprostszych i

Machine Translated by Google

naturalną metodą, możemy się zastanawiać, dlaczego ludzie o wysokich osiągnięciach akademickich uciekają się do różnorodnych niebezpiecznych i bezsensownych środków, bez żadnych perspektyw na sukces.

Fałszywy człowiek nie składa się tylko ze zdegenerowanych komórek, ale także z zbędne płyny, tłuszcze, konkrecje, sole, trucizny i inne szkodliwe substancje, które przeniknęły i rozprzestrzeniły się we wszystkich jamach i tkankach prawdziwego człowieka. Każda choroba bez wyjątku powstaje w komórkach fałszywego człowieka. Również w komórkach fałszywego człowieka rodzi się rak.

Choroby są spowodowane naruszeniem przepisów prawa Natura

Przyczyny upadku fabryki mogą być tylko dwie: brak równowagi surowców i przypadkowych uszkodzeń pochodzących z zewnątrz. Nie może być innej przyczyny. Przypadkowe uszkodzenia organizmu ludzkiego spowodowane źródłami zewnętrznymi (oparzenia, urazy, zatrucia itp.) są łatwe do zrozumienia i nie ma sporów co do metod ich leczenia.

Do tych szkód zewnętrznych można zaliczyć szkody wyrządzane organizmowi przez wszelkie samodzielnie podawane leki lecznicze, sztuczne witaminy, minerały, alkohol, nikotynę, herbatę, kawę, a także liczne trucizny wprowadzane do organizmu wraz z gotowaną żywnością. i są gromadzone w każdym narządzie.

Jedyne harmonijne i bezbłędne surowce dla człowieka organizmem są surowe rośliny zdeterminowane przez naturę. Najdrobniejsza zmiana dokonana w tych ciałach oznacza zachwianie harmonii surowców danej fabryki; to z kolei oznacza zakłócenie prawidłowego funkcjonowania tej fabryki; innymi słowy, oznacza to chorobę. Zgodnie z prawami natury należy to uważać za aksjomat, co do którego nigdy nie powinno być żadnych wątpliwości ani rozbieżności opinii.
Surowce ludzkiej fabryki nazwano ŻYWNOŚCIĄ.

Machine Translated by Google

Natura skonstruowała surowce potrzebne człowiekowi z tak precyzyjnymi obliczeniami, że kiedy włożymy do ust pojedynczą jagodę winogron, ta mała jagoda rozpada się i rozprzestrzenia po całym organizmie, zaspokajając wszystkie jego potrzeby bez wyjątku. Ta jagoda najpierw buduje podstawową strukturę prostych komórek, następnie konstruuje wszystkie wewnętrzne mechanizmy zróżnicowanych komórek, dostarcza surowce niezbędne do produkcji, czyści i smaruje wszystkie części składowe oraz odnawia te, które są uszkodzone, zastępuje starzejące się i zmęczone komórki przez komórki młode, dostarcza paliwo do silników i wprawia je w ruch, daje ciału niezbędne ciepło i energię oraz wykonuje wszelkie inne wymagane od niego zadania.

Czytelnik może się zastanawiać, jak to jest, że są ludzie, którzy czasami tygodniami lub miesiącami nie jedzą żadnych owoców, a mimo to udaje im się przeżyć. Odpowiedź jest taka, że ogólnie rzecz biorąc, nawet najbardziej zagorzały nałogowiec jedzenia gotowanych potraw od czasu do czasu sięga po trochę surowego pożywienia. Czasami normalne komórki rzeczywiście głodują tygodniami i miesiącami, ale ponieważ owoce są niezwykle skondensowanym i wysoce odżywczym pożywieniem, bardzo mała ich ilość w jakiś sposób utrzymuje człowieka na nogach. Jeśli jednak głód ten będzie się bezzasadnie przedłużał (bo podmiot sam tego głodu nie odczuwa), w organizmie pojawiają się różne zaburzenia, rany i stany chorobowe, z których najpoważniejszym jest szkorbut.

Podczas szkorbutu następuje stopniowe zanikanie komórek, spowodowane brakiem lepszych składników odżywczych. Później ściany naczyń włosowatych zaczynają pękać, powodując wynaczynienia krwi. Dziąsła stają się sine i gąbczaste, zęby wypadają, a całe ciało pacjenta pokrywają wrzody. W opinii osób krótkowzrocznych choroba ta wynika wyłącznie z niedoboru witaminy C. Wszystkie gotowane pokarmy, leki i sztuczne witaminy na świecie nie są w stanie uratować życia takiego pacjenta. Jeśli nie zje świeżego owocu lub warzywa, jego śmierć jest nieunikniona.

Natura była bardzo wyrozumiała dla człowieka, ale człowiek wykorzystuje tę pobłażliwość. Amerykański cytolog EV Cowdry

Machine Translated by Google

mówi: „Utrata wyszkolonej służby w gospodarce cielesnej przez komórki, które stały się złośliwe, nie jest poważna, ponieważ we wszelkiego rodzaju wyspecjalizowanych komórkach znajdują się nadwyżki, które można wezwać w razie potrzeby, zwane rezerwami fizjologicznymi. Dziewięć dziesiątych kory nadnerczy, 1/2 płuc, 3/4 wątroby, 4/5 tarczycy i trzustki oraz całą śledzionę można bezpiecznie usunąć" (CANCER CELLS, Filadelfia i Londyn, 1955, s. 11). Nawet najsłynniejszy na świecie cytolog jest na tyle krótkowzroczny, że utraty dziewięciu dziesiątych gruczołu nie uważa za poważną dla organizmu; strata pojawia się dla niego dopiero wtedy, gdy dany organizm w ogóle przestaje funkcjonować. Jednak badanie Cowdry'ego potwierdza przekonanie osób jedzących surową żywność, że po każdym zmniejszeniu spożycia surowego pożywienia następuje proporcjonalny spadek liczby aktywnych komórek, a tym samym zdolności roboczej danego gruczołu lub narządu. Bardzo często narządy osoby uzależnionej od zjadania gotowanych potraw utrzymują swoje istnienie dzięki pracy zaledwie jednej dziesiątej lub jednej piątej normalnego zestawu komórek.

KIEDY NALEŻY UWZGLĘDNIĆ PRAWO

NATURA PRZYCZYNA ŻADNEJ CHOROBY NIE POZOSTAJE UKRYTA; wszystko staje się jasne jak światło dzienne. Gdy tylko liczba normalnych, aktywnych komórek zmniejsza się w wyniku zmniejszenia ilości spożywanych naturalnych pokarmów, gruczoły i narządy przestają działać, a wydajność staje się słaba, niewystarczająca i wadliwa z powodu niedoboru surowców. W efekcie dane gruczoły i narządy chorują. Ponownie, ponieważ pozostaje stosunkowo niewiele aktywnych komórek, a te, które pozostają, są głodne i wyczerpane, ściany serca rozszerzają się, a zastawki ulegają uszkodzeniu; uszkodzone są wrażliwe części skóry, jelit, żołądka i innych części ciała, które podlegają stałemu naciskowi; naczynia włosowate rozszerzają się, a następnie pękają, co powoduje owrzodzenie żołądka i jelit, wydzielinę z błon śluzowych, ropniak, hemoroidy, egzemę i tak dalej. Zęby psują się z powodu braku odpowiedniego odżywienia; włosy siwieją lub wypadają. Jednocześnie w wyniku gromadzenia się trujących substancji wprowadzanych do organizmu wraz z gotowaną żywnością, stawy stają się niesprawne; ściany naczyń krwionośnych pokryte są twardymi osadami; kamień (lub kamień) tworzą się w

Machine Translated by Google

pęcherz moczowy; Pojawia się stwardnienie rozsiane, wysokie ciśnienie krwi, rwa kulszowa, reumatyzm, dna moczanowa i wiele innych chorób. Wreszcie, wyjaśnienie przyczyn ataków apoplektycznych i ataków apoplektycznych staje się teraz całkiem łatwym zadaniem rak.

Żaden zjadacz gotowanych potraw nie powinien uważać się za zdrowego. Podstawę jego złego stanu zdrowia położyła jeszcze przed jego narodzinami jego nałogowa matka, która zjadała gotowane dania. Jego narządy są zdegenerowane i w każdej chwili znajdują się w niebezpieczeństwie lub wyczerpują się ostatnie rezerwy energii. Po przeczytaniu tych zdań każdy, kto ceni swoje zdrowie i troszczy się o swoje życie, musi podjąć stanowczą decyzję o zażegnaniu tego niebezpieczeństwa i gruntownym naprawieniu szkód już wyrządzonych swojemu organizmowi. Szczególnie osoby zmagające się z otyłością i nadciśnieniem nie powinny się ani chwili wahać, gdyż ich życie wisi na włosku. Nie mogą pozwolić, aby jutro w ich nekrologach pojawiło się złowieszcze słowo „nieoczekiwany". To słowo jest najbardziej uderzającym dowodem prostackiej ignorancji „cywilizowanego" człowieka.

Małe dziecko nigdy nie powinno płakać bez powodu; nie powinien nigdy spędzać bezsennej nocy ani cierpieć na dolegliwości żołądkowe, a tym bardziej na gorączkę. Nie powinno też nigdy doświadczyć niedoboru witamin ani wapnia. Wszystko to jest skutkiem gotowanej żywności, mleka i niższości mleka jego gotowanej matki. Wielokrotnie oświadczam, że przyzwyczajanie nowo narodzonego dziecka do gotowanego jedzenia jest najokrutniejszą obrazą. Do tej pory wszyscy rodzice popełniali to przestępstwo nieumyślnie; odtąd będzie to uważane za przestępstwo z premedytacją. Jutro żaden rodzic nie będzie w stanie złagodzić swojej winy.

Zanim zostanie podjęta decyzja o poddaniu się operacji chirurgicznej, pacjent powinien sięgnąć po pełne odżywianie się na surowo. Jeśli uszkodzony narząd nie utracił całkowicie zestawu aktywnych komórek, może odzyskać pełną zdolność do pracy, rodząc zdrowe komórki i pozbywając się chorych.

Dopóki w organizmie człowieka znajdują się chore komórki, istnieje silna potrzeba jedzenia gotowanej żywności. Ale kiedy ciało zostanie oczyszczone z chorych komórek, widok gotowanych posiłków wypełnia rzeczywistość

Machine Translated by Google

człowiek z wstrętem, zamiast przyjemności. Im silniejsze uczucie „głodu”, tym głębsza i poważniejsza jest choroba. Krótko mówiąc, pragnienie gotowanego jedzenia jest pragnieniem choroby, a utrzymywanie się tego pragnienia oznacza utrzymywanie się choroby. Dlatego, aby ujarzmić i unicestwić choroby, konieczne jest zagłodzenie fałszywego człowieka.

Pacjenci chorzy na raka powinni natychmiast przejść na niezwykle ograniczoną dietę składającą się z surowej żywności, np. funta jabłek lub winogron dziennie. Ta ilość wystarcza, aby utrzymać przy życiu prawdziwego człowieka, a komórki nowotworowe, nie mogąc uzyskać z niej żadnej części, stopniowo obumierają. Osoba skazana na pewną śmierć nie ma już prawa zadowalać swego podniebienia za cenę przyspieszenia swego końca.

Zobaczmy teraz, jaką pożyteczną usługę może nam oddać 350 000 rodzajów trujących substancji, które nazwano narkotykami.
Czy mogą zwiększyć liczbę zróżnicowanych komórek, wzmocnić słabe komórki lub przywrócić niepełnosprawnym komórkom nową zdolność do pracy? Czy mogą dostarczyć surowce głodującym gruczołom lub zastąpić składniki odżywcze zniszczone przez ogień? Czy mogą wzmocnić mięśnie serca lub oczyścić naczynia krwionośne z zanieczyszczeń? Czy są w stanie powstrzymać ciągły napływ do naszych narządów nieczystości i trucizn, które dostają się do naszego organizmu wraz z gotowaną żywnością? Wreszcie, czy mogą oddzielić i unicestwić komórki nowotworowe jedna po drugiej lub sprowadzić je z powrotem do organizmu? Być może te trucizny rzeczywiście stanowią integralną część naszego pożywienia i przez przeoczenie natura zapomniała włączyć je do naturalnych produktów spożywczych.

Faktem jest, że działanie tych substancji jest wyczarowujące, zwodnicze, pozorne, sprzeczne i niezmiennie szkodliwe.
Obszerna literatura na temat dobroczynnych właściwości leków jest mitem naszych czasów. Ogromny świat przesądów trzyma wszystkie narody tego globu pod całkowitą władzą, a zgubne leki przyjmują na siebie rolę talizmanów.

Musimy zejść z wyżyn fantazji i przyjąć realistyczne podejście do tych problemów. Nieskończenie mała komórka sama w sobie ma bardziej złożoną strukturę niż wszystkie fabryki stworzone przez człowieka. To jest

Machine Translated by Google

oczywiste z bardzo prostego faktu, że mimo wszystkich wspólnych wysiłków światowych ekspertów nigdy nie udało się powołać do życia ani jednej żywej komórki. A jednak każdy organ składa się z miliardów takich komórek. Niemniej jednak zwykły lekarz wyobraża sobie siebie jako specjalistę od tych rozległych światów. Kiedy lekarz ten zapisuje na kartce papieru nazwę jakiegoś trującego „leku", naiwnie przypuszcza, że przepisując jedną truciznę, uda mu się przywrócić zdezorganizowane funkcjonowanie miliardów fabryk. Trzymając za ręce moje małe dzieci, przez lata wędrowałem z jednego kraju do drugiego w nadziei znalezienia tego wspaniałego, życiodajnego eliksiru! Z tą samą fantazyjną nadzieją każdy pacjent, niezależnie od stanu zdrowia, puka dziś do drzwi swojego lekarza lub zajmuje jego miejsce w kolejce do szpitala.

Natomiast jedyne lekarstwo na każdą chorobę leży całkowicie w rękach samego pacjenta. PRZYCZYNY WSZYSTKICH CHOROB SĄ W OGNIU W KUCHNI. WRAZ Z ZNIKNIĘCIEM OGNIA ZNIKNĄ WSZYSTKIE CIERPIENIA CZŁOWIEKA. Całkowite odżywianie się na surowo nie tylko zapobiega wszelkim chorobom, ale także całkowicie leczy wszystkie już nabyte choroby, od najłagodniejszych do najcięższych i najbardziej skomplikowanych, pod warunkiem, że zaatakowany narząd nadal zachowuje pewne oznaki życia.

W tej niewielkiej książeczce nie jestem w stanie szerzej omówić tego tematu. Wystarczy podać tylko jeden przykład. Choroby układu krążenia są dziś zmorą ludzkości. W niektórych krajach współczynnik umieralności z powodu różnych chorób serca stanowi ponad połowę współczynnika umieralności całkowitej i odsetek ten stale rośnie. Wszystkie istniejące leki na te choroby to środki czysto iluzoryczne. Zatruwając organizm, drażniąc lub wręcz przeciwnie, tłumiąc nerwy i pobudzając pracę serca, pozbawiają organizm resztek sił. Bądź świadkiem faktu, że głównymi ofiarami udarów serca są lekarze. Jednak spośród wszystkich chorób najbardziej podatne na leczenie są choroby układu krążenia. Surowy weganizm położy kres tym wszystkim bezsensownym masakrom.

Machine Translated by Google

Jeśli pacjent, który w ciągu kilku tygodni lub miesięcy jest skazany na śmierć z powodu udaru serca, powinien szukać schronienia w prawach natury i przejść na surowe odżywianie już dziś, niemal z dnia na dzień odczuje szybką poprawę swojego stanu. Od pierwszego dnia jego naczynia krwionośne szybko zaczną tracić zanieczyszczenia, a ściany jego żył, a także serca i zastawek zyskają stopniowo nowe życie dzięki świeżemu zestawowi aktywnych komórek. odzyskują właściwą elastyczność i jędrność. W rezultacie zamiast umrzeć w ciągu kilku tygodni, nowy nabytek odżywiający się na surowo będzie mógł z ufnością patrzeć w zdrowe życie przez kolejne 50 lub więcej lat. Kiedy chodzi o zastąpienie kilkutygodniowego chorego życia zdrowym życiem trwającym pół wieku, nie możemy pozwolić, aby wahanie wkradło się do naszych serc. Nierozsądnie jest uważać śmierć za nagłą i nieoczekiwaną. Kiedy widzę, jak kawałki mięsa i chleba wchodzą do ust niczego niepodejrzewającej ofiary, wyobrażam sobie degenerację, która wkrótce będzie miała miejsce w ścianach jego serca i naczyń krwionośnych, i w każdej chwili spodziewam się udaru serca.

Ogólnie rzecz biorąc, istnieją cztery podstawowe przyczyny chorób: 1. Niedobór liczby zróżnicowanych komórek. 2. Niedobór surowców niezbędnych do funkcjonowania gruczołów. 3. Obecność ciał obcych i komórek pasożytniczych w organizmie. 4. Osłabienie odporności komórek na infekcję bakteryjną. Jedzenie na surowo od samego początku eliminuje wszystkie te cztery przyczyny i oferuje prawdziwe rozwiązanie problemu chorób.

Jednak w początkowym okresie jedzenia na surowo osoby jedzące gotowane, czasami doświadczają różnych dolegliwości, które u nierozważnych osób mogą wywołać fałszywe wrażenie, że naturalna żywność wyczerpuje organizm i szkodzi zdrowiu. To błędne przekonanie jest najbardziej uderzającym dowodem krótkowzroczności współczesnego człowieka. Sam pomysł, że NATURALNE odżywianie może wiązać się z NIENATURALNYMI i szkodliwymi skutkami, jest najbardziej absurdalnym pomysłem, który należy raz na zawsze wyrzucić z naszych myśli.

Machine Translated by Google

Należy pamiętać, że od 40-50 kilogramów lub więcej mężczyzny ważący sto kilogramów należy do fałszywego człowieka, który natychmiast zacznie się topić i wraz z chorymi komórkami, tłuszczami, złogami i truciznami przedostanie się do krwioobiegu, aby mógł opuścić ciało poprzez różne wydaliny — stolce, mocz i pot. Obserwując obce substancje w moczu i krwi, krótkowzroczny człowiek pomyśli, że powstają one z naturalnych składników odżywczych, podczas gdy w rzeczywistości pochodzą one z obrzydliwego ciała fałszywego człowieka, które stopniowo się marnuje i opuszcza organizm na zawsze . Dlatego przejścia na surowe jedzenie nie można kontrolować zwykłymi kryteriami nauk medycznych; musimy raczej z ufnością poddać się prawom natury i z cierpliwością i wyrozumiałością oczekiwać ostatecznych rezultatów.

W tym okresie mogą pojawić się objawy wzdęć, bóle jelit, ból głowy, zawroty głowy, ogólne osłabienie i tak dalej. W niektórych przypadkach mocz może stać się mętny, stopy mogą puchnąć, na ciele może pojawić się wysypka, a w niektórych częściach skóry może wystąpić suchość i swędzenie. Wszystko to są procesy oczyszczania i uzdrawiania, dlatego pod żadnym pozorem nie należy ulegać poczuciu „głodu” i żywąc wątpliwości co do mądrości Stwórcy, sięgać po „pożywne” obiady, „w pełni zbilansowane” białka i na pomoc „niezastąpione” aminokwasy. Jeśli ktoś będzie na tyle głupi, aby to zrobić, objawy te znikną natychmiast, ale ze szkodą dla zdrowia. Fałszywy człowiek odetchnie wtedy z ulgą i śmiejąc się z głupoty prawdziwego mężczyzny, zacznie na nowo rosnąć i zyskać nowe życie.

Objawy te różnią się pod względem częstości występowania i nasilenia, a w niektórych przypadkach mogą nawet całkowicie nie występować. Z reguły są one ciężkie u osób starszych i otyłych, łagodne u młodych ludzi i całkowicie nieobecne u noworodków, które zaczną normalnie dorastać. Ogólnie rzecz biorąc, w ciele osoby nadmiernie otyłej fałszywy człowiek tak ucisnął i wychudził prawdziwego mężczyznę pod naporem swojego ciężaru, że pozostało z niego niewiele poza „skórą i kośćmi”. W początkowym okresie jedzenia na surowo

Machine Translated by Google

waga takiej osoby zostanie zmniejszona tak bardzo, że ci, którzy nie rozumieją prawdziwej natury zmiany, zaczną mu współczuć.
Ale to tylko pozorny obraz tego, co faktycznie się dzieje.
Tak naprawdę w ciele zjadacza mięsa prawdziwy mężczyzna zaczął przybierać na wadze już od pierwszego dnia, a po pozbyciu się fałszywego człowieka będzie nadal regularnie rósł, aż do osiągnięcia normalnej wagi. .
U bardzo szczupłej osoby wzrost wagi prawdziwego mężczyzny zrównoważy stratę poniesioną przez fałszywego mężczyznę, tak że od samego początku nastąpi przyrost masy ciała.

Ten wzrost prawdziwego mężczyzny jest szczególnie szybki u szczupłych, bladych i słabych dzieci. Nie możemy oczekiwać, że dzieci jedzące na surowo będą miały tak pulchną twarz i pulchne nogi jak ich towarzysze zabaw jedzący gotowane potrawy, gdyż pulchność jest oznaką fałszywego mężczyzny. Dzieci jedzące surowo będą rzeczywiście szczupłe, muskularne i muskularne. To przez czystą ignorancję naiwni rodzice cieszą się pulchnością swoich dzieci.

Kiedy po raz pierwszy przestawiłem się na jedzenie na surowo, w moim organizmie rozpoczął się rozległy proces oczyszczania. Nie doświadczyłem żadnych objawów osłabienia, ale cierpiałem na bóle jelit, szczeliny między palcami u rąk i nóg zaczęły wysychać, po czym nastąpiło łuszczenie się i swędzenie, na całym ciele wystąpiły wysypki, a na niektórych częściach stóp skóra wyschnięte i zdarte w płatkach. Moje stopy, które do tej pory często lekko puchły, nagle spuchły nadmiernie i ustąpienie tego obrzęku trwało miesiące. Po pewnym czasie mój mocz stał się dość mętny. Przez cały ten okres ćwiczyłem, spacerując dłużej niż kiedykolwiek w życiu. Było dla mnie całkiem oczywiste, że pod ciągłym naciskiem naturalnego odżywiania i ćwiczeń fizycznych złogi, które nagromadziły się w moich naczyniach krwionośnych i stawach w ciągu 50 lat jedzenia gotowanego, zaczęły topnieć i znikać. Aby jeszcze bardziej utwierdzić się w swoim przekonaniu, nagle całkowicie zaprzestałam jedzenia surowego i przez trzy dni jadłam wyłącznie dania mięsne. Już pierwszego dnia zmętnienie moczu zmniejszyło się, drugiego dnia pozostały już tylko nieznaczne ślady, zaś trzeciego dnia zniknęło całkowicie.

Kiedy wróciłem do jedzenia surowego, mój mocz znów stał się mętny, ale

Machine Translated by Google

nie było już tak nasilone i stopniowo ustępowało w ciągu kilku tygodni. Trzy dni jedzenia gotowanego jedzenia najwyraźniej spowolniły szybkie tempo oczyszczania mojego organizmu. Nawiasem mówiąc, w tym samym czasie dokonałem innego odkrycia. Woda wypijana ze słonymi potrawami aż w ciągu jednego dnia zwiększyła wagę mojego ciała o trzy kilogramy. Na szczęście już czwartego dnia po powrocie do surowego jedzenia wróciłam do dawnej wagi.

Być może dobrze będzie, jeśli nowy rekrut na diecie surowej będzie miał dużo jedzenia posiłek po kilku miesiącach abstynencji od gotowanych potraw. Porównując oba systemy żywienia, nabiera tym większego przekonania, że droga, którą wybrał, jest rzeczywiście słuszna, i nie marzy mu się później powtarzanie eksperymentu.

Silny obrzęk stóp stopniowo ustępował w ciągu kilku miesięcy. Jednocześnie cierpiałem na długotrwałe, łagodniejsze obrzęki; one również osłabły w ciągu następnych kilku lat i ostatecznie zniknęły całkowicie. Te same objawy pojawiają się mniej więcej u bardzo wielu osób jedzących surówkę, które piszą do mnie w tej sprawie z całego świata.

Jeszcze bardziej znaczące było zniknięcie moich stosów. Przewlekłe hemoroidy nie dawały mi spokoju przez jakieś 15 czy 20 lat. Codziennie, czasem dwa razy dziennie, byłam zmuszona zmieniać bieliznę. Zapalenie nigdy nie ustąpiło; występowały ciągłe wydzieliny ropy, śluzu i krwi. Nawet po przejściu na surowe jedzenie, pomimo regularności, jaką wprowadzono w pracę moich narządów trawiennych, stan moich stosów pozostał prawie niezmieniony. Po każdym wysiłku fizycznym, a nawet po zwykłym spacerze, podrażnienie stawało się tak silne, że czasami myślałam, że z powodu zachodzących zmian morfologicznych, może stosy nie chciały poddać się surowemu jedzeniu i że w w końcu jednak byłbym zmuszony poddać się operacji chirurgicznej. Ale jednocześnie nigdy nie straciłam nadziei w siłę natury. I rzeczywiście, kilka miesięcy później stan zaczął wykazywać zdecydowaną poprawę. Codzienne podrażnienia zmieniły się na dwa razy w tygodniu, potem raz w tygodniu, raz w miesiącu

Machine Translated by Google

a później jeszcze raz na dwa, trzy miesiące, aż w końcu leczenie było na tyle skuteczne, że dzisiaj w ogóle nie czuję, że cierpiałem na hemoroidy. Kuracja szczególnie przyspieszyła, gdy zacząłem codziennie jeść sałatki z kiełków pszenicy. Teraz te okoliczności stawiają nas twarzą w twarz z najważniejszą prawdą.

Powszechnie wiadomo, że hemoroidy powstają na skutek osłabienia elastyczności ścian odbytnicy i rozszerzenia żył w dolnej części jelita. Leczenie hemoroidów poprzez jedzenie na surowo jest dowodem na to, że poprzez zastąpienie zdegenerowanych komórek organizmu komórkami aktywnymi, z biegiem czasu ściany jelit i naczyń krwionośnych ulegają stopniowej odnowie, uzyskując niezbędną elastyczność i jędrność . Co jeszcze ważniejsze, proces ten zachodzi jednocześnie w jelitach, żołądku, żyłach, naczyniach włosowatych i nerwach oraz w każdym bez wyjątku narządzie i gruczole. Innymi słowy, nieuporządkowany i chory organizm zjadacza gotowanych potraw zostaje całkowicie przywrócony dzięki nowemu zestawowi młodych, wyspecjalizowanych i zdrowych komórek. Wzrost siły seksualnej poprzez jedzenie na surowo będzie dla wszystkich zaskoczeniem, chociaż w czynnościach seksualnych naszym niezłomnym zasadą powinien być ścisły umiar. W sporcie surowicze ustanowią nowe i niespotykane wcześniej rekordy. To tutaj znajduje się odwieczne marzenie alchemików, eliksir życia. Nie są to przywoływanie efektów uzyskanych w ciągu kilku godzin za pomocą leków, ale podstawowe procesy leczenia chorób poprzez rekonstrukcję całego organizmu.

Pod warunkiem, że komórki narządu lub gruczołu nie są całkowicie zużyte, naturalne odżywianie umożliwia im przywrócenie niezbędnego zestawu komórek poprzez rodzenie nowych komórek, a jednocześnie pozbycie się komórek chorych i bezużytecznych. Nie ma jednak żadnego sposobu na przywrócenie utraconego narządu, takiego jak zepsuty ząb, do poprzedniego stanu. Dlatego w sprawach zdrowotnych zwlekanie jest niebezpieczne.

Zjadacz ugotowanych potraw utrzymuje się z pracy jednej piątej do jednej dziesiątej swoich narządów i gruczołów, a mimo to, dopóki jest w stanie stanąć na nogach, uważa się za zdrowego. Co gorsza, niebezpieczeństwo bycia pozbawionym

Machine Translated by Google

nawet ta jedna dziesiąta wisi nad nim nieustannie jak miecz Damoklesa, zwłaszcza gdy zjadł kilka „dobrych” obiadów.

Z badań cytologów wynika, że oprócz komórek indolentnych w organizmie człowieka występują różne wielojądrzaste komórki olbrzymie (polikariocyty), jednojądrzaste komórki wielkogabarytowe (megakariocyty) i inne rodzaje komórek zdegenerowanych. Komórki takie są „normalnie” obecne we wszystkich narządach i gruczołach, a nawet w krwiobiegu osób jedzących gotowane potrawy. Naukowcy, którzy widzą te i mnóstwo innych aberracji w organach wszystkich osób uzależnionych od jedzenia, są zobowiązani uważać je za zjawiska „normalne” lub „naturalne”.

Naturalne pożywienie nie pozostaje w narządach trawiennych dłużej niż kilka godzin i niezależnie od tego, czy zostało strawione, czy nie, opuszcza organizm normalnym kanałem, podczas gdy pożywienie gotowane, zwłaszcza pochodzenia zwierzęcego, zatrzymuje się w przewodzie pokarmowym przez trzy lata. lub cztery dni, czasem tygodniami. Powszechnie wiadomo, że zaraz po śmierci komórki zwierzęce zaczynają się rozkładać, uwalniając przy tym szeroką gamę trujących substancji. Dlatego na stole gotowanego zjadacza nie ma pożywienia dla zwierząt wolnego od trucizn. Nic więc dziwnego, że po trzech, czterech dniach przebywania w brzuchu człowieka w temperaturze 38°C. pokarmy dla zwierząt są całkowicie przekształcane w trucizny. Czasami proces ten postępuje do tego stopnia, że dopiero po tym, jak spustoszą ściany jelit i zmieszają się ze znaczną ilością ropy, śluzu i krwi, udaje im się opuścić organizm. Drugiego dnia pacjent skarży się na lekkie zaburzenia w żołądku. Lekarze zalecają stosowanie soli kuchennej, aby zapobiec takim zgniliznom, jakby chcieli zamienić ludzki brzuch w beczkę solonego mięsa. Ludzie naiwni naiwnie wierzą, że wszystko, co żołądek chętnie przyjmie, nie może być szkodliwe; podczas gdy polerowany ryż, biały chleb czy cukier, które są najbardziej szkodliwe ze wszystkich produktów spożywczych, nie powodują natychmiastowej reakcji w żołądku. Niektórzy zastanawiają się nawet, jaki związek może mieć odżywianie z oczami, skórą czy nerwami, tak jakby jakakolwiek część ciała mogła wykonywać swoje funkcje bez surowców. A teraz, jaką substancję można w niej znaleźć

Machine Translated by Google

biały chleb, cukier czy klarowane masło, które rozświetliłyby oczy lub zorganizowały cudowną pracę nerwów? Ludzie wysuwają najróżniejsze hipotetyczne domysły, aby wyjaśnić przyczyny chorób nerwowych, ale nie zwracają najmniejszej uwagi na najważniejszy czynnik – właściwości surowców dostarczanych do nerwów.

Osłabia odporność człowieka na choroby zakaźne

Z generacji do generacji

Twierdzenia, że zagrożenie chorobami zakaźnymi stale rośnie spadek są fałszywe. Z powodu jedzenia gotowanego, komórki ludzkie stopniowo tracą swoją odporność na drobnoustroje i, co gorsza, tracą ją z pokolenia na pokolenie.

W związku z tym chciałbym zacytować kilka fragmentów opublikowanej w 1956 roku „Anatomii patologicznej i patogenezy chorób człowieka" wybitnego radzieckiego naukowca IV Dawidowskiego.
Według niego: „Istnieje wiele infekcji charakterystycznych dla homo-sapien (antroponoz), które w rzeczywistości nie występują u zwierząt, w tym u najbardziej rozwiniętych małp człekokształtnych. Naukowcom albo nie udało się wywołać u nich eksperymentalnych przykładów tych infekcji albo też udaje im się uzyskać bardzo odległe podobieństwo tylko do kilku z nich (dur brzuszny, cholera, malaria, meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, grypa, odra, żółtaczka, błonica, szkarlatyna, zapalenie płuc, reumatyzm, posocznica, rzeżączka, czyrak, zapalenie wyrostka robaczkowego i tak dalej) NA).

„Zoonozy i ornitonozy (choroby zwierząt i drobiu) to występujące u mężczyzn, takie jak hydrofobia, zapalenie mózgu, bruceloza (gorączka maltańska), papuzica, ospa, dżuma, tularemia, wąglik, włośnica i inne, mają z reguły szczególne objawy, charakterystyczne dla człowieka, podczas gdy u zwierząt czasami wykazują jedynie bardzo odległe odwzorowania tych objawów."

Wydaje się zatem, że nie tylko wszystkie zwierzęta, w tym przodkowie człowieka, małpy człekokształtne, nie zapadają na określone ludzkie infekcje, ale nawet nie reagują na celowe próby naukowców, aby zarażać je tymi chorobami w celach eksperymentalnych. W przeciwieństwie,

Machine Translated by Google

istnieją bakterie, które są charakterystyczne dla zwierząt i ptaków, ale normalnie na nie nie wpływają, mimo że są stale obecne w ich narządach. Jednakże bakterie te, przeniesione na człowieka, infekują go w najstraszniejszy i najbardziej katastrofalny sposób. Trzeba do tego dodać fakt, że zwierzęta są odporne na wszelkie choroby przewlekłe.

Jaki jest powód tego uderzającego kontrastu? Cóż tu odróżnia człowieka od zwierzęcia, jeśli nie nawyk odżywiania się zgodnie z prawami „cywilizacji", a następnie spokojnego siedzenia przy biurku ze skrzyżowanymi nogami? Wyobraźcie sobie tylko, co by było, gdyby któregoś z tych pięknych dni krowa wpadła do głowy, żeby stać się „cywilizowana" jak człowiek, jeść swoją paszę po ugotowaniu w kotle, a gdy zachoruje, udawać, że przyczyny nie były znane. Wtedy, jeśli ktoś zasugeruje jej, że powinna spróbować odżywiać się surową trawą, powinna wyrazić obawę, że jej organizm przyzwyczajony do gotowanego jedzenia, surowa trawa może jej zaszkodzić. Wyobraźcie sobie także, jak wyglądałaby dzisiaj krowa, gdyby przez tysiące lat jadła gotowaną trawę, nie zastanawiając się ani przez chwilę, że to, co robi, było aktem nienaturalnym. A jednak jest to pozycja, w której postawili się dzisiejsi fanatyczni wyznawcy mięsa.

Walka z chorobami zakaźnymi przebiega od całkowicie błędne stanowisko. Zmniejszenie umieralności z powodu chorób zakaźnych osiągnięto nie poprzez wzmocnienie odporności organizmu, ale poprzez łagodzenie warunków zewnętrznych rozprzestrzeniających infekcje. Z biegiem czasu siła oporu człowieka została tak osłabiona, że jeśli usuniemy udogodnienia, jakie zapewniają nowoczesne budownictwo, scentralizowane systemy zaopatrzenia w wodę, kanalizacja miejska, izolacja pacjentów itp., i powrócimy do warunków panujących 200 lat temu, ludzkość w ciągu kilku lat zostaną unicestwione przez różne choroby epidemiczne.

Tak czy inaczej, nawet dzisiaj autoinfekcje, takie jak te, które powodują nieżytowe, rozwijają się szybko i stają się nieuniknioną katastrofą dla całej ludzkości jedzącej gotowane potrawy. Wykorzystując słabość komórek fałszywego człowieka, stają się nieszkodliwymi mikroorganizmami

Machine Translated by Google

dość szkodliwe. Davydovsky pisze: „W świetle współczesnych danych na temat zmienności bakterii za całkiem bliski rzeczywistości należy uznać postulat, że bakterie chorobotwórcze mogą powstawać z tzw. bakterii niepatogennych. W ten sposób mogą pochodzić prątki duru brzusznego, dur brzuszny i czerwonki z prątków jelitowych, z prątków fałszywych mogą rozwinąć się prawdziwe pałeczki błonicy.Takie metamorfozy mogą zachodzić u wszystkich odmian ziarniaków, u beztlenowców, u pałeczek dżumy i gruźlicy oraz u innych mikroorganizmów.

Szczególnie realna jest samoinfekcja kosztem zwykłych mieszkańców ludzkiego ciała, skóry i błon śluzowych.

W przypadku wielu chorób zakaźnych nie ma dowodów na infekcję. Ogólnie rzecz biorąc, każda choroba zakaźna pojawia się po raz pierwszy w delikatnym organizmie jakiejś osłabionej osoby, a następnie przenosi się na inne osoby. W rzeczywistości każdy taki organizm jest niebezpieczną fabryką rozmnażania i rozprzestrzeniania się bakterii chorobotwórczych. Takiej fabryki nie ma wśród zjadaczy surowego mięsa. W ten sposób świat surowców będzie na zawsze wolny od wszelkich chorób zakaźnych.

Poglądy Davydovsky'ego na temat autoinfekcji można podsumować w następujący sposób: „Głównymi obszarami naszego ciała, w których rozwijają się procesy autoinfekcji są: gardło, migdałki, wyrostek robaczkowy, jelito grube, spojówka, oskrzela i Choroby autozakaźne to: nieżyt nosa, zapalenie gardła, zapalenie okrężnicy, czerwonka, zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie miedniczek, zapalenie nerek, zapalenie spojówek, choroby zapalne skóry,

czyraki, karbunkuły, zapalenie ucha, zapalenie pęcherzyka żółciowego, zapalenie kości i szpiku, poporodowe zapalenie błony śluzowej macicy i tak dalej. Według danych udostępnionych przez FG Barińskiego (1949) tylko w 50% wszystkich przypadków szkarlatyny i 15% błonicy można nawiązać kontakt bezpośredni. Innymi słowy, w zdecydowanej większości przypadków błonicy nie ma dowodów wskazujących, że infekcja ma źródło zewnętrzne. Ponownie dowody dostarczone przez TE Boldyreva (1949) wykazały, że 53 procent przypadków duru brzusznego ma nieznane pochodzenie. Rola infekcji egzogennych stopniowo maleje, ustępując miejsca infekcjom endrogennym. Bez

Machine Translated by Google

wątpliwości, w przyszłości okaże się, że rzeczywiście główną rolę odgrywają autoinfekcje, zwłaszcza że nie posiadamy jeszcze pełnej wiedzy, która pozwoliłaby nam wyjaśnić istotę fizjologicznych mechanizmów i warunków zmieniających się normalna symbioza komórek i bakterii w stan infekcji.

„Jeśli chodzi o etiologię chorób zakaźnych, musimy porzucić zrodzone w czasach Kocha, Ehrlicha i Pasteura koncepcje dotyczące „patogennej" natury mikroorganizmów środowiska zewnętrznego i wewnętrznego. W pełnym tego słowa znaczeniu chorobotwórcze są nie same bakterie, lecz te korelacje fizjologiczne, które w danym momencie istnieją w danym organizmie i które są organicznie związane z zaburzeniami w jego układach regulacyjnych i mechanizmach nerwowych. W przyrodzie nie ma specjalnych drobnoustrojów „patogennych"; istnieje jednak nieskończona liczba czynników zwiększających podatność u osobnika normalnie opornego i odwrotnie".

Z tego wszystkiego możemy wyciągnąć tylko jeden wniosek. Prawdziwą przyczyną chorób zakaźnych nie jest drobnoustrój, ale zaburzony stan normalnych procesów biologicznych organizmu. Mikroby istniały zawsze, istnieją nadal i będą istnieć wiecznie. Kampania mająca na celu ich zniszczenie i unicestwienie jest czystym szaleństwem. W wyniku przymykania oczu na prawdziwe przyczyny chorób, organiczna siła odporności człowieka została stopniowo zmniejszona do tego stopnia, że człowiek nie czeka już na infekcję z zewnątrz, lecz ulega bakteriom rojącym się w jego organizmie . W organizmie człowieka bowiem te same bakterie, które nie są w stanie wyrządzić szkody nawet najpodlejszym zwierzętom, stają twarzą w twarz ze słabymi, bezwartościowymi, nieaktywnymi komórkami powstałymi z mięsa, chleba, masła i cukru. Nic więc dziwnego, że po prostu spadają na te komórki i łapczywie je pożerają. Rozsądny człowiek powinien oczyścić swoje ciało z każdej pojedynczej bezużytecznej komórki, po czym żaden mikrob nie odważy się zbliżyć do młodych, silnych i silnych komórek, które powstaną ze szlachetnych owoców, orzechów i zbóż. Oto bowiem „istota mechaniz

Machine Translated by Google

symbiozę komórek i bakterii w stan infekcji", którego wyjaśnienia Davydovsky nie jest w stanie podać.

Rola antybiotyków jako środków terapeutycznych jest tymczasowa i zwodnicza. Ludzie stopniowo stają się nimi rozczarowani. Neutralizując skutki działania bakterii na krótki okres czasu, osłabiają komórki i torują drogę późniejszym silniejszym infekcjom.

Mam najbardziej intymne doświadczenie z antybiotykami. W wyniku niedoborów naturalnego pożywienia moje dzieci zawsze cierpiały na nieregularną, uporczywą gorączkę spowodowaną autoinfekcją i samozatruciem, a ich temperatura wahała się zwykle w granicach 37,8°C. i 38°C. Zabrałam syna do Paryża i oddałam go pod opiekę najwybitniejszych tamtejszych „specjalistów". Niestety, poprzez masowe eksperymenty z antybiotykami podnieśli temperaturę do 40-41°C. i niszcząc jego serce i nerki, w końcu go zabili, nie będąc w stanie zdiagnozować jego choroby.

Dokładnie to samo przydarzyło się mojej córce, ale nadal większą przemoc dwa lata później. Umieściłem ją w szpitalu dziecięcym Anscharhohe (Kinderkrankenhaus Anscharhohe) w Hamburgu, gdzie dr Wolfgang Tiling przeprowadzał na moim biednym dziecku najbardziej nieludzkie eksperymenty. Codziennie pobierał ogromne ilości krwi, którą poddawał rozmaitym badaniom laboratoryjnym lub wstrzykiwał dziesiątkom biednych szczurów i królików, udając, że rozmnażając bakterie, chce zidentyfikować faktyczny organizm odpowiedzialny za chorobę, ale który nie mógł tego stwierdzić w swoich nietypowych badaniach klinicznych. Im wyższa była temperatura mojego dziecka, tym większe były dawki podawanych antybiotyków i tym bardziej zróżnicowana była ich odmiana. Wraz ze zwiększaniem dawek antybiotyków temperatura rosła coraz wyżej, aż oscylowała w sposób ciągły w granicach 39°C. i 41°C. i objawy zapalenia nerek stały się silnie zaznaczone. Swoimi „naukowymi" środkami przyspieszył rozwój choroby, skracając jej „normalny" czas trwania z czterech lat do zaledwie jednego miesiąca. Uważał dziecko za manekina i wpęd

Machine Translated by Google

że jeśli nie otrzyma kortyzonu i nie zostanie poddana biopsji wewnętrznej, nie przeżyje dłużej niż tydzień.

To właśnie w tamtych czasach natknąłem się na język niemiecki Birchera-Bennera traktat zatytułowany „Choroby żywieniowe” („Ernahrungskrankheiten”, Erster Teil, 1933). Natychmiast zabrałam córkę ze szpitala i powierzyłam ją opiece naturalnego żywienia. Wraz z nagłym machnięciem magicznej różdżki temperatura mojego dziecka spadła do około 37°-37,5°C. a ilość oddawanego moczu wzrosła z 200 m1 do dwóch litrów dziennie. W ciągu tygodnia wstała i przeszła przez pokój, aby otworzyć drzwi temu bezdusznemu lekarzowi, który osłupiał ze zdumienia i tak bał się hańby, że pod tym czy innym bezpodstawnym pretekstem odmówił wydania mi kopii szpitala dokumentację i badania kliniczne.

Gdybym nadal karmiła dziecko wyłącznie surową dietą, z pewnością dzisiaj by żyła. Ale wtedy uważałam surową żywność za środek terapeutyczny i nadal wierzyłam w sztuczne witaminy. Aby dokładnie zapoznać się z systemem żywienia Prywatnej Kliniki doktora Birchera Bennera, zabrałem dziecko z Hamburga do Zurychu i trzymałem je w tym sanatorium przez 23 dni. Przy okazji wspomnę, że niestety po śmierci doktora Birchera Bennera jego sposób odżywiania został znacznie zmodyfikowany poprzez wprowadzenie gotowanej żywności, produktów mlecznych, witamin i innych leków.

W każdym razie, zachęcony szybką poprawą jej stanu, pomyślałem, że można przywrócić jej zdrowie częściowo za pomocą surowych składników odżywczych, a częściowo za pomocą gotowanej żywności i sztucznych witamin. Tak czy inaczej udało nam się przedłużyć jej życie tylko o cztery lata.

Sam jestem uderzającym przykładem zwycięstwa człowieka nad autoinfekcjami. Od ponad 20 lat cierpię na przewlekłe zapalenie oskrzeli do tego stopnia, że kilka razy w roku niezmiennie kładłam się do łóżka z najcięższymi atakami przeziębienia. Jednak jedzenie na surowo zmieniło to wszystko i chociaż przez ostatnie dziesięć lat spałem przez cały rok pod gołym niebem, czasami przy mroźnym zimowym mrozie dochodzącym do 15 lub 16 stopni, a drobnoustroje wciąż były na swoich miejscach,

Machine Translated by Google

Ani razu nie kaszlałem ani nie czułem najmniejszych oznak przeziębienia. Dodam przy okazji, że spanie zimą pod gołym niebem nie wymaga szczególnego bohaterstwa. Wystarczy dobrze zakryć ciało i mieć twarz otwartą na świeże powietrze. Ponadto należy zrezygnować z gotowanego jedzenia, aby pozbyć się przyczyn nieprzespanych nocy i ciągłego turlania się w łóżku.

Rak jest wynikiem skrajnej degeneracji komórek

Jak w przypadku wszystkich innych chorób, również i nowotwory mają swoje przyczyny dość łatwo wytłumaczyć w świetle praw natury.

Cytolodzy przeprowadzili ogromną liczbę badań, aby odkryć różnice między strukturą komórek normalnych i komórek nowotworowych. Ogólnie rzecz biorąc, odkryli, że komórki nowotworowe to komórki dość powszechnego typu, pozbawione niezbędnej struktury i zdolności do wykonywania jakiejkolwiek użytecznej pracy. Ich jedynym celem jest pożeranie białek (materiałów budowlanych) i rozmnażanie się.

Jak wiemy, komórki fałszywego człowieka posiadają dokładnie to samo cechy. Istnieje tylko jeden stopień różnicy pomiędzy zwyrodnieniem, jakiego doświadczają komórki fałszywego człowieka, a komórkami nowotworowymi. Jeśli chodzi o lokalizację, w pewnych okolicznościach prawdziwemu mężczyźnie udaje się utrzymać pod kontrolą komórki fałszywego człowieka. Rozprowadza je po wolnych przestrzeniach swojego organizmu, wypełnia nimi puste przestrzenie, umieszcza je pod skórą, miesza ze swoimi normalnymi komórkami i w ten sposób, przynajmniej przez jakiś czas, utrzymuje wrażliwe narządy i układy organizmu. jego ciało wolne od niebezpieczeństwa ich ucisku.
Gołym okiem widać ogromną masę fałszywego człowieka, sięgającą czasami 60-70 kilogramów. Gdyby kilka kilogramów tej masy umieścić w jakimkolwiek gruczole lub narządzie, działanie danego gruczołu lub narządu z pewnością zostałoby sparaliżowane pod powstałym ciśnieniem. Właśnie w ten sposób rak kładzie kres życiu człowieka.

Nazywa się komórki fałszywego człowieka, podobnie jak komórki nowotworowe do istnienia dzięki pożywieniu przygotowanemu w kuchni dla

Machine Translated by Google

głównym celem jest bycie zagorzałym konsumentem takiej żywności.
Dzięki wysiłkom obronnym prawdziwego człowieka komórki fałszywego człowieka nie są w stanie całkowicie przyswoić ogromnych ilości nienaturalnych substancji, które wprowadzane są do organizmu kanałem uzależnienia, w wyniku czego duża część tych substancji jest bezcelowo tracona poprzez spalenie i przekształcenie w zbędne ciepło. Aby swobodnie skonsumować te nadmierne masy pożywienia, komórki fałszywego człowieka dążą do uzyskania niezależności, osiedlania się w dowolnej miejscowości i objadania się do syta. Kiedy jednemu lub kilku z nich odniesie sukces, zaczynają z niewiarygodną szybkością pożerać żywność podsuwaną im przez chciwego pana. W ten sposób, zaczynając od jednej lub dwóch nieistotnych komórek, powstaje potwór, który trzyma całą ludzkość w szponach śmiertelnego terroru.

W żadnym z licznych procesów patologicznych nie spotykamy podobnego przypadku, w którym spośród miliarda komórek tylko jedna lub dwie komórki ulegają chorobie.

Przenikliwy człowiek, który ma dość bystrości, by zająć swój umysł z fundamentalnymi problemami nie może powstrzymać się od zastanawiania się nad głupimi pytaniami, na które naukowcy marnują swój czas, pieniądze i energię. Aby wyjaśnić występowanie nowotworów, wymieniono około 400 różnych czynników rakotwórczych, które, z wyjątkiem czynników dietetycznych, nie mają najmniejszego związku z podstawowymi przyczynami karcynogenezy. Każdy powinien zadać sobie następujące pytanie: „Oczywiście, wszystkie trucizny, promienie, chroniczne podrażnienia, urazy, oparzenia, wirusy, nikotyna, smoła i mnóstwo innych czynników mogą, jako czynniki szkodliwe, pozbawić komórki kompleksu ich strukturę i zdolność do pracy lub uszkadzania, wychudzenia, miażdżenia i zabijania, ale jakim możliwym środkiem mogłyby wywołać w jednej lub dwóch komórkach tak ogromną siłę rozmnażania, aby umożliwić im w bardzo krótkim czasie czasu, aby obalić, a następnie całkowicie zniszczyć całą cudowną budowlę ludzkiego ciała?”

Ta straszliwa moc jest pieczołowicie gotowana, pieczona, przygotowywana i prezentowana potworowi przez samego właściciela organizmu dla jego

Machine Translated by Google

własne ostateczne zniszczenie. Rak jest żywym dowodem skrajnej degeneracji komórek i nieuniknionym skutkiem nienaturalnego odżywiania.

Podczas swoich badań naukowcy raz po raz stają twarzą w twarz z prawdziwymi przyczynami raka. Trzymają w rękach niezbite dowody, przyglądają się im przez chwilę, a nawet potwierdzają, ale ilekroć pod obrady pojawia się kwestia zmiany panujących systemów żywieniowych, z konsternacją zamykają oczy, jak rażeni piorunem, i nie zastanawiając się ani chwili, depczą po piętach, bo NIE CHCĄ widzieć niczego nienaturalnego w swoich nawykach żywieniowych. W szczególności NIE CHCĄ krytykować chleba, który jedzą i który przez wieki uważali za świętość, nie zastanawiając się ani chwili, że zanim trafi na stół, był wielokrotnie profanowany poprzez mielenie , przesiewanie, ugniatanie i pieczenie.

Cytolodzy wyraźnie widzą, że nowotwór powstaje za pomocą komórek pozbawionych wyspecjalizowanych struktur i możliwości operacyjnych, jednak ich zdaniem wszystkie komórki tzw. zdrowego człowieka (mimo że są produktem nienaturalnego odżywiania) to przede wszystkim komórki tzw. w pełni rozwinięte i doskonałe komórki, które później zostają pozbawione swoich normalnych cech pod wpływem niektórych czynników rakotwórczych. Innymi słowy, brak odpowiednich mechanizmów fabryki, wady w jej produkcji wiążą się z każdym czynnikiem przypadkowym, ale nie mają żadnego związku z materiałami budowlanymi dostarczanymi do tej fabryki, ani z rodzajem i jakością surowca. materiały niezbędne do produkcji. NIE CHCĄ WIDZIĆ, że narządy wszystkich zjadaczy gotowanego mięsa są trwale zalane miliardami komórek, które utraciły swoje właściwe struktury i funkcje. Zacytuję teraz kilka fragmentów z książki Cowdry'ego „CANCER CELLS", z których czytelnik wyraźnie zobaczy, jak proste i oczywiste są prawdziwe przyczyny

są nowotwory.

Cowdry pisze (s. 11): „Wraz z utratą w całości lub w części wyspecjalizowanej funkcji usługowej swoich prekursorów, komórki nowotworowe tracą w podobnym stopniu cechy strukturalne, które sprawiają, że ta szczególna funkcja

Machine Translated by Google

możliwy. Struktury nie da się utrzymać bez funkcji, tak jak nie można zachować funkcji bez odpowiedniej struktury." Cowdry zapomniał dodać najbardziej oczywistą prawdę, dzięki której tajemnica raka zostałaby raz na zawsze rozwiązana.

Mianowicie, aby zachować strukturę i funkcję, niezbędne są surowce, a gdy te SUROWCE zostaną przekształcone w MATERIAŁY GOTOWANE, ani struktura, ani funkcja nie zostaną zachowane.

Na temat normalnego wzrostu komórek Cowdry cytuje Ruscha w następujący sposób: „Normalne komórki pierwotne zawierają wiele potencjalnych mechanizmów, które ostatecznie determinują różnicowanie. Mechanizmy te stają się funkcjonalnie aktywne, gdy składniki osiągną określony poziom ilościowy" (s. 15). Podczas transformacji w nowotwór „Czynniki rakotwórcze powodują zmianę w jednej lub większej liczbie specjalnych funkcji komórki. Powstała zmiana jest dziedziczna". Jednak „Komórki, które ucierpiały z powodu takich dziedzicznych zmian, mogą wymagać dodatkowej utraty czynników dodatkowych, zanim staną się całkowicie autonomicznymi n Rak nie powstaje z w pełni rozwiniętych i wyspecjalizowanych komórek. „Jajo i plemnik to wysoce zróżnicowane komórki, które nie stają się złośliwe i powodują nowotwory składające się z plemników lub komórek jajowych, które rozmnażają się bez zwykłych ograniczeń i atakują terytoria należące do normalnych, dobrze zachowujących się komórek" (s. 333).

Do głównych zadań komórek nowotworowych należy poszukiwanie substancji azotowych, pożeranie białek zwierzęcych, wyrywanie aminokwasów, synteza nieprawidłowych białek i wykonywanie różnych innych wyczynów o podobnym charakterze. Uważa się, że rak „działa jak «pułapka azotowa» usuwająca aminokwasy z puli organizmu, nie pozwalając na jakikolwiek znaczący powrót do niej" (s. 39). W dalszej części stwierdza się (ibid.): „Wydaje się, że metabolizm azotu w komórkach złośliwych zachodzi poprzez pobieranie z dobrze wychowanych komórek, właściwie służących organizmowi, materiałów tak bardzo im potrzebnych". Zagadkę można by łatwo rozwiązać, gdyby słowa „niezwykle potrzebne" zastąpiono słowami „WYJĄTKOWO BEZUŻYTECZNE I SZKODLIWE". Christensen i Henderson (1952) rozważali wyższość aminokwasów

Machine Translated by Google

akumulacja przez komórki nowotworowe „istotny czynnik wzrostu i namnażania komórek nowotworowych u wyniszczającego zwierzęcia” (tamże). Ich zdaniem zwierzę zostało wyniszczone nie z powodu braku naturalnego pożywienia, ale z powodu niedoboru ilości aminokwasów.

Komórki nowotworowe w sposób ciągły syntetyzują białka. Cowdry pisze (s. 152): „Często uważa się, że nowotwór złośliwy wiąże się z nieprawidłowościami w syntezie białek i możliwym tworzeniem się nieprawidłowych białek. Następuje ciągła synteza netto białek i nukleoprotein, w wyniku której powstaje nowa substancja komórkowa w rosnących nowotworach, podczas gdy synteza tych białek materiałów w normalnych, nierosnących tkankach jest równoważona równoważnym podziałem.” W innym miejscu cytuje Casperssona (1950): „Wydaje się, że pomiędzy komórką nowotworu złośliwego a komórką normalnie rosnącą istnieje zasadnicza różnica w zakresie rozwoju systemu tworzenia białek. W komórce nowotworu złośliwego wewnątrzkomórkowy mechanizm hamujący, który normalnie ogranicza aktywność układu białkotwórczego, w mniejszym lub większym stopniu przestał funkcjonować, prowadząc do specyficznych zmian w obrazie cytochemicznym” (s. 10-102). Czy trzeba podkreślać, że białka, o których mowa, nie są białkami uzyskiwanymi z winogron lub jabłek, ale tymi gotowanymi lub pieczonymi w kuchni i odrzucanymi przez normalne komórki?

Dalsze badania naukowe wykazały, że ilość
zawartość tłuszczów w komórkach nowotworowych jest powyżej normy, natomiast zawartość witamin i minerałów jest poniżej normy.

Cowdry przyznaje, że „Komórki, złośliwe i inne, to prawie niewyobrażalnie złożone małe osobniki. Być może każda z nich może zawierać aż 10 000 różnych składników biochemicznych, od jonów nieorganicznych po najbardziej złożone białka i nukleoproteiny, które oddziałują ze sobą bezpośrednio lub pośrednio. ..bilans aktywności w żywej komórce, czyli ogólny, jawny wyraz życia komórki, musi być funkcją w dowolnym momencie bardzo złożonych interakcji kinetycznych pomiędzy tymi materiałami.Aby całkowicie zdefiniować stan dowolnej komórki, należy musiałby opisać w kategoriach kinetycznych wiele powiązanych zależności.Ponieważ nie jest możliwe ilościowe określenie więcej niż

Machine Translated by Google

kilku zmiennych na raz, możemy uzyskać bardzo ograniczony obraz całej złożonej sytuacji. Sformułowania matematyczne dotyczące systemów składających się z 4 lub 5 składowych stwarzają ogromne trudności, nie mówiąc już o tych, które dotyczą tysięcy zmiennych" (s. 151-152). Zatem nasi naukowcy, w których rękach spoczywa los całej ludzkości, wiedzą nieskończenie mało o Jednak mimo niewielkiej wiedzy ignorują naturę, która skonstruowała te złożone komórki i wmawiają ludziom, że za pomocą własnych dokładnych obliczeń są w stanie określić dokładne wymagania jakościowe i ilościowe tych komórek. komórek pod względem białek, tłuszczów, węglowodanów, witamin, minerałów i tak dalej.

Posuwają się nawet do tego, że najpierw gardzą mądrością głównego inżyniera, nie aprobując tego, co zarządził, a następnie wymyślają w swoich fabrykach różne substancje i ofiarowują je nam. Niech czytelnik sam zadecyduje, czy ich postępowanie jest śmieszne, czy godne ubolewania.

Naukowcy zebrali obszerne dowody wskazujące, że oszczędność lub ograniczenia dietetyczne zapobiegają lub przynajmniej ograniczają występowanie i rozwój raka. Podczas I wojny światowej w warunkach surowego racjonowania żywności obowiązującego wówczas w Danii, Rosji, Niemczech i Austrii liczba zgonów na nowotwory była mniejsza niż po zniesieniu racjonowania pod koniec wojny. Zdaniem Hindhede (1925) do późniejszego wzrostu śmiertelności przyczyniło się przekarmianie.

Cowdry przytacza przykłady eksperymentów przeprowadzonych na zwierzętach: „McCay (1947) przyznaje Moreschi (1909) rozszerzenie prac wcześniejszych brytyjskich badaczy, którzy starali się wykazać, że ograniczenia dietetyczne zapobiegają lub spowalniają wzrost nowotworów u zwierząt.
Mięsaki przeszczepione myszom przez Moreschi były mniej więcej proporcjonalne do ilości dostarczonego pożywienia. Myszy na ograniczonej diecie żyły dłużej, a przeszczepienie im guzów było trudniejsze niż myszom w pełni karmionym.

„McCay i jego współpracownicy przeprowadzili dość niezwykłe badania na ten temat szczury opóźnione poprzez zmniejszenie energii w diecie do wystarczającej do utrzymania, ale niewystarczającej do wzrostu. W ten sposób jedna grupa została zatrzymana

Machine Translated by Google

młode przez ponad 700 dni, a drugie ponad 900 dni, bez możliwości osiągnięcia dojrzałości, pomimo faktu, że średnia długość życia tego gatunku szczurów w normalnych warunkach wynosi około 600 dni. Po podaniu wystarczającej ilości kalorii opóźnione szczury dojrzewają i mogą żyć łącznie 1400 lub więcej dni — ponad dwukrotnie dłużej niż normalnie" (str. 394–395). Ponownie, według McCaya, Sperlinga i Barnesa (1943) „rozwój nowotworów była nieistotna u szczurów, których wzrost był opóźniony aż do czasu, gdy pozwolono im osiągnąć dojrzałość" (str. 396). Jakich wspaniałych wyników nie można by uzyskać, gdyby te szczury karmiono ograniczoną dietą składającą się wyłącznie z surowej żywności.

Dalsze eksperymenty wykazały, że 150 przypadków nowotworów rozwinęło się u 198 szczurów karmionych „normalną" dietą, w porównaniu z zaledwie 38 guzami u 200 upośledzonych szczurów — zwierząt częściowo pozbawionych tak zwanej normalnej diety. Do kiedy człowiek musi upierać się, że jedzenie jest normalne? dieta, która szerzy tak bezlitosną rzeź i kilkukrotnie skraca życie?

Wielokrotnie podejmowano wysiłki w celu wyjaśnienia związku między masą ciała a śmiertelnością z powodu nowotworów poprzez odniesienie do statystyk ubezpieczeń na życie. W 1913 r. wspólna komisja Stowarzyszenia Dyrektorów Medycznych Ubezpieczeń na Życie i Amerykańskiego Towarzystwa Aktuarialnego rozpatrzyła 774 672 polis zakupionych przez mężczyzn w wieku 20–62 lat. Następnie zaobserwowano, że dla mężczyzn ubezpieczających się w wieku 30–44 lat współczynnik umieralności z powodu nowotworów wynosił dla osób z nadwagą 37, dla osób ze standardową wagą 32 i niedowagą 24, przeliczony na 100 000. Dla starszej grupy 45 lat i więcej,

odpowiadające im stawki wynosiły odpowiednio 156, 144 i 120. Według danych Centralnego Towarzystwa Ubezpieczeń na Życie Union Central, analizowanych w 1932 roku, śmiertelność na nowotwory złośliwe, począwszy od 25% i więcej nadwagi, do 50% niedowagi: 143, 138, 121, 111, 114 i 95, liczba 111 odnosząca się do „normalnej" wagi. Jeszcze niedawno, według Biuletynu Statystycznego Metropolitan Life Insurance Company (1951), śmiertelność mężczyzn z nadwagą z powodu chorób sercowo-naczyniowych

Machine Translated by Google

było o połowę mniejsze niż norma, a w przypadku cukrzycy około czterokrotnie wyższe. Oto dobrodziejstwa, którymi fałszywy człowiek obdarza ludzkość.

W latach 1900-1950 wzrost umieralności z powodu chorób układu krążenia i nowotworów w Stanach Zjednoczonych był następujący. W ciągu 50 lat współczynnik umieralności z powodu nowotworów wzrósł z 64 do 139,6 na 100 000 mieszkańców, natomiast z powodu chorób układu krążenia z 244 do 478,1. Ogółem w 1950 r. na 803,9 zgonów na 100 000 mieszkańców z dziesięciu głównych przyczyn, choroby układu krążenia i nowotwory stanowiły 617,7. Jeszcze bardziej znaczące są najnowsze dostępne dane, odnoszące się do roku 1964. Współczynnik zgonów z powodu nowotworów wzrósł obecnie do 151,3, podczas gdy z powodu chorób układu krążenia wzrósł do 508,6, co daje łączną liczbę 659,9 z całkowitej liczby 939,7 we wszystkich powoduje. Oto zdumiewające rezultaty „postępu" medycyny; szokujący wynik mnogości lekarzy, szpitali i leków; nieuniknione produkty „rafinacji i oczyszczania" artykułów spożywczych. Można sobie wyobrazić stan rzeczy, jeśli obecny „postęp" będzie trwał przez kolejne 50 lat.

Według oficjalnych statystyk Stanów Zjednoczonych Ameryki za rok 1964, jedynie 1,4 procent całkowitej liczby zgonów można przypisać „objawom, starości i bliżej nieokreślonym schorzeniom". W tej kategorii starość jest oczywiście jedynie przypuszczeniem, ponieważ wśród osób spożywających gotowaną żywność nikt nie dożywa starości. Tymczasem w naprawdę cywilizowanych warunkach! gdyby nie wypadki i nieszczęścia, cała ludzkość umarłaby w podeszłym wieku.

Wśród dzikich zwierząt w naturalnym środowisku występowanie nowotworów nie jest znane. Jednakże po poddaniu małp trzymanych w niewoli zdegenerowanej żywności przez dłuższy czas można było zaobserwować jeden lub dwa guzy przypominające raka. „Jedyna duża grupa organizmów, w przypadku której nie ma żadnych dowodów na sporadyczne występowanie raka, zamieszkuje głębiny oceanu" – stwierdza Cowdry (s. 196). Dzieje się tak dlatego, że niszczycielskie ręce ludzkości tego nie zrobiły

Machine Translated by Google

dotarł do nich. Ich odporność jest tym bardziej niezwykła, że ich świat jest znacznie większy od naszego, zarówno pod względem obszaru, jak i liczby ludności.

Jak już powiedzieliśmy, naukowcy w trakcie swoich badań stykają się z podstawowymi przyczynami nowotworów, przyglądają się im i potwierdzają, a mimo to przechodzą obok nich z całkowitą obojętnością, jakby ich poszukiwanie było czymś innym. „Pogląd, że niektóre składniki diety spożywane w nadmiernych ilościach lub przy ich braku mogą powodować raka u człowieka, zyskuje na popularności z innego źródła.

Eksperymentalne zmiany w diecie zwierząt mogą spowodować
różnica w wynikającej z tego obecności lub braku raka" (s. 220).

Nawet bezpośrednio dostrzegają działanie naturalnych środków spożywczych. Cowdry wyraża się w tej kwestii dość wyraźnie: „W końcu zaczyna wychodzić na jaw fakt, że u niektórych zwierząt predyspozycja do rozwoju nowotworów jest mniejsza, gdy są karmione pokarmem naturalnym, niż gdy są karmione pokarmem wysoce oczyszczonym. Silverstone, Solomon i Tannenbaum (1952) zaobserwowali, że u samców myszy DBA na diecie Purina Laboratory Chow składającej się głównie z naturalnej żywności rozwinęło się mniej łagodnych wątrobiaków w porównaniu z innymi na diecie składającej się z półoczyszczonych składników, głównie kazeiny, skrobi kukurydzianej, częściowo uwodornionego oleju z nasion bawełny, syntetycznych witamin i mieszaniną soli. Co więcej, półoczyszczona dieta podawana samcom myszy C3H wzmagała rozwój łagodnych wątrobiaków. Różnica w rozwoju nowotworu jest skorelowana z zauważalnymi różnicami w spożyciu kalorii, masie ciała czy proporcji białka, tłuszczu, witamin i minerałów w diecie. Autorzy ostrożnie podkreślają, że nie należy zakładać, że inne typy nowotworów reagują inaczej" (s. 403-404).

„Engel i Copeland (1952) odkryli, że po odsadzeniu od piersi szczury AES i Sprague Dawley karmione naturalną żywnością (dieta inwentarska) rozwinęły mniej nowotworów sutka wywołanych czynnikiem rakotwórczym, 2-acetyloaminoflurenem, niż te karmione dietą półoczyszczoną. Różnica była znacząca" (str. 404).).

Machine Translated by Google

Czytelnik niewątpliwie zauważył, jaki rodzaj pożywienia dają myszom doświadczalnym: wysoko oczyszczone materiały, takie jak kazeina, skrobia, olej z nasion bawełny, syntetyczne witaminy i sole. Mieszanka tych substancji jest błędnie nazywana przez naukowców „normalną dietą". Zbierają z pól myszy w 100% wolne od raka i więzią je w klatkach, traktują biedne stworzenia jak „delikatne" dzieci, krzyżują je wsobnie, karmią „normalną dietą" i po kilku pokoleniach zamieniają je w to, co nazywają to „czystymi, wsobnymi odmianami myszy".
Według nich ów „wsobny szczep myszy" znajduje się w szczególnym stanie patologicznym, w którym aż 80 procent niektórych szczepów jest podatnych na „spontaniczne" nowotwory o „nieznanej przyczynie". Wszyscy zjadacze gotowanego mięsa są w dokładnie podobnym stanie patologicznym.

Zobaczmy teraz, czy naukowcom uda się wyciągnąć coś przydatnego wnioski z powyższych uderzających dowodów. Odpowiedź jest niestety negatywna. Rzeczywiście, Cowdry dokłada wszelkich starań, aby odrzucić najcenniejsze dane, aby którykolwiek z jego czytelników nie okazał się na tyle głupi, aby pomyśleć o rezygnacji z jednego lub drugiego z niezliczonych rodzajów potraw i napojów, które są powszechnie uważane za napady cywilizacji. Oto co mówi: „Konieczna jest ostrożność przy odczytywaniu danych na temat nowotworów u ludzi u zwierząt, szczególnie w odniesieniu do diety. Człowiek, z wyjątkiem sytuacji bliskich śmierci głodowej, jest wszystkożercą przyzwyczajonym do spożywania dużej różnorodności pokarmów zbierane z wielu stron świata, zwierzęta zaś przystosowane są do raczej jednolitej i prostej diety lokalnego pochodzenia" (s. 220). Niech czytelnik sam osądzi, jak ogromnym błędnym wyobrażeniem jest autor.

„Przyjmując sztucznie zaakcentowaną dziedziczną podatność na raka u tych odosobnionych, rozpieszczanych i chronionych, blisko spokrewnionych szczepów myszy, w jaki sposób w takim razie faktycznie powstają u nich nowotwory?" – pyta Cowdry (s. 350), nie znajdując odpowiedzi na to pytanie.

„Uznanie silnej, specyficznej dla narządów dziedzicznej podatności u niektórych szczepów myszy uwydatnia naszą niewiedzę co do natury czynników rakotwórczych, na które podatne są komórki. Myszy te prowadzą bardzo osłonięty żywot w klatkach. Zwykle trzyma się je w klimatyzowanych pomieszczeniach.

Machine Translated by Google

pokoje, a ich dieta jest wyjątkowo stała. Nie są narażeni na żadne znane fizyczne, chemiczne lub biologiczne czynniki rakotwórcze" (s. 349-350). Cowdry celowo przymyka oczy na fakt, że prawdziwymi czynnikami rakotwórczymi pod względem fizycznym, chemicznym i biologicznym są te same warunki, które sam stworzył dla tych biednych myszy. Należą do nich pozbawienie ich naturalnego środowiska i pożywienia, izolowanie i zamykanie w odosobnionych klatkach, ukrywanie, rozpieszczanie i ochrona, sztuczne chów wsobny, trzymanie ich w nienaruszonym stanie w klimatyzowanych pomieszczeniach i karmienie kazeiną, skrobią kukurydzianą, olejem bawełnianym, syntetyczne witaminy i sole.

W innym miejscu Cowdry przedstawia dwie tabele danych eksperymentalnych, aby pokazać modyfikacje w rozwoju raka poprzez zmianę (a) białka w diecie i niezbędnych aminokwasów oraz (b) witamin z grupy B w diecie. Następnie poczynił następujące uwagi: „Witaminy i niezbędne aminokwasy mogą modyfikować wytwarzanie raka... Wyjaśnienie tych i innych odkryć jest trudne. Nie należy zakładać, że konkretna substancja dietetyczna, której niedobór lub nadmiar działa bezpośrednio na tkankę, w której występuje następuje zmiana nowotworowa" (s. 401). Jest to wyraźne odrzucenie dostępnych danych. Jest to równoznaczne ze stwierdzeniem, że zadowalające lub niezadowalające funkcjonowanie fabryki nie może mieć żadnego związku z harmonią lub dysharmonią dostarczanych do niej surowców.

„Skomponowanie diety zapobiegającej rakowi dla człowieka na podstawie tych odkryć byłoby całkowicie przedwczesne, jak słusznie ostrzegał Greenstein (1947)" – pisze Cowdry, a następnie dodaje: „Po pierwsze, długość życia ludzkiego jest o wiele dłuższa niż tych zwierząt doświadczalnych, że trzymanie się takiej hipotetycznej diety nie byłoby możliwe przez wiele lat, sięgających w niektórych przypadkach prawie ćwierć wieku, okresów utajenia karcynogenezy" (s. 401).
Niemniej jednak „Długo utrzymujące się niedożywienie zwierząt zdecydowanie zmniejsza częstość występowania kilku rodzajów spontanicznych nowotworów" (s. 429).

„Dostępne dane dotyczą głównie zachorowalności na nowotwory, a nie tempo wzrostu po rozpoczęciu działalności. Nieliczne przypadki w

Machine Translated by Google

których wzrost jest modyfikowany przez czynniki dietetyczne, nie są wystarczającymi dowodami, na których przy obecnym stanie naszej wiedzy można byłoby oprzeć jakiekolwiek działania terapeutyczne" (s. 402). Wydaje nam się, że Cowdry nie jest zainteresowany zmniejszeniem częstości występowania nowotworów; jest zainteresowany jedynie w kwestii znalezienia środków terapeutycznych pozwalających wyleczyć raka i to nie poprzez korektę naszych nawyków żywieniowych, ale za pomocą jakiejś wymyślnej pigułki.

Interesujące jest wiedzieć, kiedy i gdzie naukowcy w końcu dostrzegą prawdziwe przyczyny raka. Jak dotąd odkryli około 400 „czynników rakotwórczych", o czym Cowdry mówi: „Prawdopodobnie w mniej niż jednym procentie nowotworów, z którymi borykają się lekarze, faktycznie wykrywalne są czynniki rakotwórcze lub kombinacja czynników rakotwórczych" (s. 390).
W porównaniu z tym widzieliśmy już, jak „normalna" (nienaturalna) dieta sprzyjała nowotworom u 80 na 100 myszy wolnych od raka w jednym przypadku i u 150 na 198 w innym przypadku. Częściowe ograniczenie tej diety zmniejszyło liczbę tych 150 guzów do 38; jego racjonowanie znacznie zmniejszyło częstość występowania nowotworów wśród całych narodów, a zastąpienie go naturalnym odżywianiem w ogóle zapobiegało rozwojowi raka.
Można było się spodziewać, że Cowdry będzie teraz postrzegał naturalne odżywianie jako odpowiedź na problem walki z rakiem i przestanie marnować swój czas na daremne badania wszystkich innych czynników rakotwórczych.
Zamiast tego nie jest nawet gotowy, aby wśród innych czynników rakotwórczych umieścić jedyną przyczynę raka, czyli nieprawidłowe odżywianie. Nazywa to jedynie czynnikiem „modyfikującym" i nie docenia go bezpodstawnymi argumentami.
Wciąż zdziwiony zachowaniem komórek złośliwych pisze (s. 43):

„Jest rzeczą oczywistą, że Arystoteles lub Darwin, jeśli tak byli z nami dzisiaj, być może byliby w stanie zebrać wszystkie znane nam fakty na temat komórek nowotworowych i dostarczyć wyjaśnienia ich złośliwego zachowania. Być może w nadchodzących latach uda się to zrobić i będziemy się zastanawiać, dlaczego tak długo pozostawaliśmy ślepi. W międzyczasie, tu i ówdzie, wstrzymujemy postęp w nauce. Pragnę jednak zaznaczyć, że nie jest tu potrzebny ani Arystoteles, ani Darwin. Wystarczy, że Cowdry wyjdzie ze swojego laboratorium i: zapominając na chwilę o jego istnieniu, aby skierować wzrok w stronę

Machine Translated by Google

gwiazdy, słońce, księżyc, drzewa i kwiaty, zanurzyć się mentalnie w ich tajemnice i dostrzec, z jaką precyzyjną regularnością kręci się cały świat. Czy jakikolwiek naukowiec może zniszczyć ten świat i w jego miejsce zbudować własny? Naukowcy niszczą ten żywy, poruszający się świat i przedstawiają ludzkości świat własnej konstrukcji, ze swoim chlebem, aminokwasami, sztucznymi witaminami i syntetycznymi solami. Ciekawe, czy po przeczytaniu tych wersetów naukowcy nadal będą przedkładać swoją wiedzę ponad mądrość ziemskiej natury.

Dalej Cowdry wylicza bardzo wiele przypadków samoistnego zaniku nowotworów złośliwych i ostatecznie wyciąga następujące wnioski (s. 545):

„1. Niektóre bardzo małe nowotwory pierwotne czasami pojawiają się w dużych rozmiarach liczby w piersi, prostacie i macicy. Wiele z nich nie rozwija się, pozostaje w ukryciu przez lata lub samoistnie cofa się całkowicie.

„2. Nierzadko obserwuje się zmiany, zwykle przejściowe, w wielkości dobrze rozwiniętych nowotworów. Mogą one być spowodowane działaniem wielu czynników wpływających na objętość komórek złośliwych i zrębu.

„3. Czasami bez wyraźnej przyczyny pojawiają się niewyjaśnione zmiany w rodzaju nowotworów złośliwych.

„4. Istnieje kilka zarejestrowanych przykładów zniknięcia nerwiaki niedojrzałe u dzieci. U niektórych z nich jest to z nieznanych przyczyn skorelowane z postępującym różnicowaniem komórek nowotworowych.

„5. Mamy kilka potwierdzonych przypadków całkowitej regresji nowotworów opisano, których nie można przypisać zastosowanemu leczeniu. Najwyraźniej niektóre rodzaje komórek złośliwych są w niezwykle rzadkich przypadkach kontrolowane przez mechanizmy fizjologiczne”.

Co może być przyczyną samoistnej regresji nowotworu, jeśli nie przypadkowa i niezauważalna zmiana nawyków żywieniowych pacjenta? Na sukces może być tylko jedna metoda

Machine Translated by Google

leczenie raka. Nowotwór należy najpierw pozbawić zdegenerowanego pożywienia, a następnie dosłownie zagłodzić i zabić, ograniczając do minimum spożycie nawet naturalnych składników odżywczych. W razie konieczności normalne komórki również można przez pewien okres czasu utrzymywać w stanie półwygłodzania. Po zniknięciu guza można je łatwo przywrócić do dawnej siły.

Pracy i kosztów przygotowania gotowanej żywności są Nic poza czystymi odpadami

Jak już widzieliśmy, prawdziwy mężczyzna żyje wyłącznie surową żywnością. Wszystkie gotowane potrawy i napoje spożywane na świecie są bezcelowo tracone. Pieniądze wydane na nie idą na marne. Na pierwszy rzut oka stwierdzenie to może wydawać się niewiarygodne, ale jest to prosta prawda, której dowód uzyskałem na podstawie własnego osobistego doświadczenia.

Na początku myśleliśmy, że powinniśmy zwiększyć spożywaliśmy surowe składniki odżywcze w tej samej proporcji, w jakiej ograniczyliśmy spożycie gotowanej żywności, ale szybko zdaliśmy sobie sprawę, że się myliliśmy. Choć w początkowym okresie istniało dość duże zapotrzebowanie na naturalne produkty spożywcze w celu uzupełnienia trwałych ubytków organizmu i odbudowy narządów poprzez wzmocnienie ich świeżymi domieszkami aktywnych komórek, w późniejszym okresie zapotrzebowanie to systematycznie malało.

Nas też zdziwiła mała ilość jedzenia, jaką zjadała nasza córka Anahit. Matka, kierując się z góry ugruntowaną obawą przed niedożywieniem, namawiała ją, aby jadła więcej, ale dziecko uparcie się na to nie zgadzało. Stopniowo stało się dla mnie jasne, że owoce i zboża w stanie surowym to niezwykle skoncentrowane składniki odżywcze najwyższej jakości, a co za tym idzie już ich niewielka ilość w pełni zaspokaja potrzeby naszego organizmu. Dlatego też dziecko jedzące surowo nie powinno być nigdy zmuszane do jedzenia więcej, niż chce. To nie bajka, gdy słyszymy o osobie, która całymi miesiącami wytrzymuje na randce lub orzechu włoskim dziennie.

Zjadacze gotowanych potraw mogą delektować się pełnymi talerzami gotowanych posiłków, ponieważ nie zawierają one pożywienia w pełnym tego słowa znaczeniu.

Machine Translated by Google

Zwierzęta roślinożerne z kolei zjadają ogromne ilości trawy, ponieważ w dużej mierze trawa składa się z paszy objętościowej; prawdziwe składniki odżywcze są w nim rozproszone i w bardzo nielicznych ilościach.

Zwierzęta te kilka razy dziennie opróżniają swoje wnętrzności z masy paszy objętościowej, podczas gdy normalny zjadacz pożywienia potrzebuje tylko jednego ruchu dziennie. Nadmierne wzdęcia, obecność niestrawionych resztek owoców w kale i potrzeba oddawania stolca częściej niż raz dziennie są oznakami nadmiernego jedzenia, których z pewnością powinni unikać osoby jedzące surowe jedzenie. Ilość owoców, które zwykle jem, nie przekracza ilości spożywanej przez każdego zjadacza gotowanych owoców, który lubi owoce. Do tego dodaję dziennie talerz sałatki kukurydzianej, która ma na celu uzupełnienie luki żywieniowej, która istnieje u wszystkich osób jedzących gotowane potrawy, spowodowana niedoborem naturalnych produktów spożywczych. W tym prostym posiłku nie ma oczywiście miejsca na całe to zdegenerowane jedzenie, które wcześniej jadłem.

Jaki byłby obraz, gdyby cały świat nagle opamiętał się i przyjął naturalne prawa odżywiania? Nawet gdyby produkcja owoców utrzymała się na obecnym poziomie, po tym, jak każdy człowiek dostał dziennie talerz sałatki warzywnej lub kukurydzianej i w ten sposób w pełni zaspokoił potrzeby żywieniowe całego świata, pozostałaby niepożądana nadwyżka całej paszy zwierzęcej, cukier, herbata, kawa, kakao, napoje alkoholowe i bezalkoholowe, tytoń, margaryna, a także większa część spożywanych obecnie roślin strączkowych i zbóż.

Zobaczmy teraz, co w końcu dzieje się z całą tą zdegenerowaną żywnością które obecnie konsumuje się na świecie. W rzeczywistości można go pozbyć się na trzy sposoby.

1. Ze względu na niedobór uzupełnienia wyspecjalizowanych komórek, prawdziwy człowiek jest zobowiązany tolerować obecność określonej liczby komórek pasożytniczych powstałych w gotowanym pożywieniu, aby zachować minimalną masę swoich narządów i układów.

2. Fałszywy człowiek spożywa ogromną ilość zdegenerowanej żywności.

Machine Translated by Google

3. Niezależnie od tego, czy jednostka składa się tylko z jednego ciała, czy też jest połączeniem dwóch ciał (o czym świadczy jego względna szczupłość lub otyłość), zbędna porcja pożywienia, która zostaje wprowadzona do organizmu w drodze uzależnienia i co jest poza zdolnością asymilacyjną komórek, po prostu spala się i opuszcza organizm różnymi kanałami. Ilość marnowanej w ten sposób żywności stanowi ogromną część całkowitego spożycia środków spożywczych.

Najbardziej godny ubolewania aspekt tej kwestii jest fakt, że wyspecjalizowane komórki zużywają ogromną ilość energii, którą uzyskują z naturalnych składników odżywczych, na rozkład pożywienia fałszywego człowieka, na wchłonięcie ich do krwioobiegu, aby zapewnić sprawne działanie narządów wydalniczych i usunięcia z organizmu szkodliwych skutków gotowanej żywności. Na przykład, pracując nieprzerwanie przez cały dzień, aktywne komórki mają prawo do krótkiego odpoczynku; zamiast tego zmuszeni są przeleżeć w łóżku aż do świtu, aby wydalić z organizmu dodatkowe kalorie, łapczywie wprowadzane do organizmu przez fałszywego człowieka

W przeszłości popadałam w obżarstwo i uzależnienie od mięsa w niezwykłym stopniu. W rezultacie całe życie cierpiałem na bezsenność. Nie przypominam sobie, żebym kiedykolwiek poszedł spać przed północą lub obudził się wystarczająco wcześnie, aby zobaczyć wschód słońca. Nie spałem do trzeciej lub czwartej rano i wstawałem o ósmej lub dziewiątej z ciężką głową. Na szczęście po przejściu na surowe jedzenie moja bezsenność całkowicie zniknęła, ale jeśli kiedykolwiek spróbuję zjeść duży obiad wieczorem, zmuszona jestem nie spać aż do świtu. Odkąd skończyła 2 lata, Anahit nigdy nie obudziła się w nocy.

Witaminy i sole znajdujące się w gotowanej żywności są fałszywe, martwe, niezbilansowane i szkodliwe. Gotowane jedzenie to nic innego jak zepsute materiały budowlane i niewłaściwe paliwo; Bezużyteczne komórki powstałe z takich materiałów budowlanych stanowią niepożądane obciążenie dla normalnych komórek. Ciepło uzyskiwane z takiego paliwa jest nadmierne i szkodliwe, a wytworzona z niego energia (energia napędowa) jest zbędna i bezwartościowa. Energia ta bezcelowo wprawia w ruch silniki fabryki poza godzinami pracy; zmusza serce do pracy z podwójną szybkością; To

Machine Translated by Google

zakłóca spokój, którego tak bardzo potrzebują żywotne mechanizmy całej fabryki, zamiast tego męcząc je i wyniszczając na próżno. Bezsenność jest jednym z przykładów jej szkodliwych skutków.

Co się stanie, gdy nieprzemyślani lekarze opracują metody ograniczenia otyłości? Planują wszechstronne ograniczenie dziennego spożycia żywności, w wyniku czego na ich listach zakazanych produktów spożywczych znajdują się tak niezbędne i wysoko odżywcze artykuły diety, jak orzechy włoskie, migdały, rodzynki, daktyle, figi, banany. Inaczej mówiąc, zmniejszają wagę leczonego człowieka, za cenę jeszcze większego wychudzenia i osłabienia go, a co za tym idzie poważnego uszczerbku na zdrowiu. W takich przypadkach, poprzez redukcję zdegenerowanej żywności, fałszywy człowiek traci jedynie część zbędnego paliwa, podczas gdy przez ograniczenie naturalnej żywności normalne komórki są pozbawione niektórych niezwykle niezbędnych składników odżywczych. Wynika z tego, że fałszywy człowiek pozostaje na swoim miejscu, podczas gdy prawdziwy człowiek jest jeszcze bardziej wychudzony.

Mamy do czynienia z bardzo zabawnym przykładem efektu ograniczenia dieta podczas badań nad rakiem. Omawiając tę kwestię, Cowdry stwierdza: „Jest oczywiste, że zmniejszenie częstości występowania raka piersi, spowodowane ograniczeniami dietetycznymi, wiąże się ze zmniejszoną aktywnością jajników u myszy” (op. cit. s. 398). Czego więcej chcemy? W ten sposób odkryto przyczynę raka piersi. Teraz do lekarzy pozostaje całkowite zaprzestanie czynności jajników u kobiet, aby całkowicie uchronić je przed rakiem gruczołów sutkowych.

Ale z pewnością istnieje całkiem proste wyjaśnienie tego, co naprawdę się dzieje. BEZMYŚLNE OGRANICZANIE spożycia kalorii ma dwojaki, przeciwstawny wpływ na organizm. Z jednej strony ograniczenie spożycia zdegenerowanej żywności hamuje powstawanie nowotworów, z drugiej strony zmniejszone spożycie naturalnej żywności zakłóca prawidłową pracę jajników.

Nauka medyczna jest pełna takich godnych ubolewania sprzeczności. Kiedy dana choroba przyciąga do siebie szkodliwe prądy nienaturalnych pokarmów, organizm pacjenta nabywa częściową odporność na inną chorobę. Na przykład osoby cierpiące na cukrzycę,

Machine Translated by Google

stwardnienie tętnic i niektóre choroby zakaźne są mniej podatne na raka. Przeprowadzano nawet szalone eksperymenty, w których poddawano ludzi wpływowi różnych bakterii w rzekomym zapobieganiu nowotworom. To samo ma miejsce na mniejszą skalę podczas szczepień, gdy wywołując łagodniejsze postaci choroby, dzieci zabezpieczają się przed późniejszymi poważnymi atakami. W chwili, gdy mężczyźni postanowią chronić zdrowie swoich dzieci za pomocą praw naturalnych, takie nienaturalne środki staną się niepotrzebne, niewinne dzieci zostaną uwolnione od niebezpiecznych szczepionek, a szczepienia przejdą do historii.

Eksperymenty pokazują, że raz wezwano fałszywego człowieka istnienia, częściowe ograniczenia dietetyczne nie są w stanie zahamować jego rozwoju. Nawet 10-15% degeneracji artykułów spożywczych wystarczy, aby utrzymać je przy życiu. Rozsądny człowiek powinien wystrzegać się dostarczania temu potworowi choćby jednego ziarenka pożywienia. Całkowicie oczyściłem stawy stóp ze wszelkich dnawych złogów, ale jeśli kiedykolwiek uda mi się zjeść mięso, po kilku godzinach uderzenia młotkiem informują mnie, że kwas moczowy przedostał się do stawów moich dużych palców u nóg. Często przeprowadzałem te eksperymenty we wczesnych latach moich studiów nad surowym jedzer Oczywiście miejsca oczyszczone z kwasu moczowego są nadal puste, a drogi do nich prowadzące są szeroko otwarte. Gdy tylko kawałek mięsa zostanie wprowadzony do organizmu, przekształca się on w kwas moczowy, który następnie szybko zajmuje wyznaczone miejsce.

Cele fałszywego człowieka również nie wycofują się łatwo. Oni kłamią w zasadzce, na wpół martwy, ale wyczekujący. Gdy tylko dotrze do nich kawałek zdegenerowanej żywności, zaczynają odradzać się i rozmnażać. Kontrolę masy ciała należy w całości oddać naturalnym produktom spożywczym. Osoba, która sugeruje, że nadmierne odchudzanie nie jest dobre dla zdrowia, w rzeczywistości zaleca pielęgnowanie i odżywianie kilkudziesięciu kilogramów chorych i pasożytniczych komórek w celu utrzymania pulchności ciała. Równolegle z zabijaniem fałszywego człowieka, naturalne odżywianie będzie powoli, ale niezawodnie zwiększać wagę prawdziwego mężczyzny do normalnego poziomu wymaganego przez naturę.

Machine Translated by Google

Po pozbyciu się tych bezużytecznych mas ciała, człowiek, który wcześniej obciążał swoje ciało 40-50 kilogramami chorych komórek i nie mógł wspiąć się ani na stopień bez pomocy, teraz będzie mógł wspinać się po górach bez włosa. Taka osoba nigdy nie powinna martwić się szybką utratą wagi; wręcz przeciwnie, powinien się z tego cieszyć. Rozsądna osoba nie powinna tolerować ani jednego ziarenka bezużytecznego mięsa na swoim ciele. Krótko mówiąc, każdy powinien w końcu zdać sobie sprawę, że wprowadzając do swojego ciała każdy kęs gotowanego pożywienia, karmi fałszywego człowieka, jego bezlitosnego wroga, swojego bezdusznego kata; cierpi na wszystkie znane i nieznane choroby; toruje drogę własnej śmierci.

Zdaniem zjadacza mięsa, aby zachować zdrowie, należy dobrze się odżywiać. Jego zdaniem pusty żołądek oznacza głodny organizm. Nie wie, że człowiek z pełnym żołądkiem to tak naprawdę człowiek chory. Jego żołądek ma trudności z wydaleniem w odpowiednim czasie nienaturalnych pokarmów. Z drugiej strony żołądek zjadacza surowego jest zawsze pusty, a w każdym razie tak lekki, że nie czuje on w nim żadnej obecności. Czuje pełnię jelit, bo tam natychmiast trafia zjedzony pokarm. Nawet nadmiar jedzenia nie pozostaje długo w żołądku; szybko przechodzi do jelit i strawiony lub niestrawiony opuszcza organizm, nie powodując najmniejszej szkody dla organizmu.

Dlatego też w żołądku surowego pokarmu nigdy nie powstają żadne gazy. zjadacz. W przypadku spożycia nadmiernej ilości pokarmu w jelitach mogą wydzielać się gazy, które mają jednak tendencję do wydalania z organizmu normalną drogą. Surowiec widzi różnicę pomiędzy obydwoma systemami żywienia tym wyraźniej, gdy po kilkumiesięcznej abstynencji próbuje zjeść dobry obiad. Wtedy zaczyna się zastanawiać, jak mógł w ogóle ciągnąć tak chorowitą i nędzną egzystencję i uważać ten obrzydliwy tryb życia za normalny.

Lekarstwo gotowanego zjadacza jest całkowicie Błędna nauka

Machine Translated by Google

Jak widzieliśmy, choroby powstają w wyniku rozproszenia integralnych surowców ludzkiej fabryki. Dlatego zdrowie można odzyskać tylko wtedy, gdy przywrócona zostanie integralność tych materiałów. Ale jaka jest podstawa całej działalności współczesnej nauki medycznej? Czym dokładnie zajmują się lekarze? Daremnie próbują przywrócić tę integralność za pomocą zdegenerowanych artykułów spożywczych, sztucznych witamin, soli, hormonów i mnóstwa trujących mikstur, a jednocześnie usuwają i odrzucają całe gruczoły i narządy, które zostały nieodwracalnie uszkodzone i ubezwłasnowolnione w wyniku w wyniku rozkładu surowców naturalnych.

Cała ludzkość żyje w stanie strasznej niewiedzy. Zdaniem gotowanych, spożywanie gotowanych rzeczy jest czymś zupełnie naturalnym, natomiast odżywianie się prawami natury jest eksperymentem i to niebezpiecznym. W rzeczywistości ludzie nieświadomie zniszczyli IDEALNĄ RÓWNOWAGĘ, którą stworzyła natura, i od tysięcy lat dokonują BEZSENSOWYCH EKSPERYMENTÓW za pomocą gotowanej żywności, sztucznych preparatów i trujących substancji, aby znaleźć nową równowagę, własną równowagę. Bezpośrednim rezultatem tych eksperymentów są liczne choroby panujące obecnie na świecie.

Kiedy zachęcam ludzi do przyjęcia surowego jedzenia, nie proponuję nowego eksperymentu. Wręcz przeciwnie, namawiam ich, ABY POŁOŻyli STOP ABSURDALNYM EKSPERYMENTOM, KTÓRE ZAWSZE TRWAJĄ, I POWRÓT DO NATURALNEGO SPOSOBU ŻYCIA.

Dlatego czytelnik, o ile nie jest pozbawiony zdrowego rozsądku, nie powinien czekać, aż inni przeprowadzą ów "nowy eksperyment" i poinformują go o wyniku. Powinien natychmiast zaprzestać swoich niebezpiecznych eksperymentów i powrócić do normalnego trybu życia.

Końcowe produkty wszystkich tych eksperymentów, arcydzieła laboratoria badawcze człowieka to pigułki i proszki, którymi naukowcy chcą nakarmić świat, zaś arcydziełami laboratorium natury są pszenica, orzech włoski i jabłko. Wszyscy musimy dokonać wyboru pomiędzy tymi dwoma. Wszystkie gotowane produkty spożywcze zawierają substancje sztuczne

Machine Translated by Google

pozbawione swoich naturalnych właściwości. Mają tyle samo wartości odżywczych, co szeroko reklamowane tabletki witaminowe i ekstrakty spożywcze.

Jest wiele gatunków istot żywych, nie mają one lekarzy, szpitali i aptek, a mimo to, z wyjątkiem tych znajdujących się pod opieką człowieka, żyją nie poddając się chorobom i dopełniają swego właściwego im okresu życia, odpowiadającego ich fizyczności. konstytucji, trwających od kilku dni do setek lat. Ze względu na doskonałą budowę ciała człowiek powinien cieszyć się dłuższym i zdrowszym życiem niż jakiekolwiek inne stworzenie na tej ziemi. Istnieją zapisy, że nawet w przypadku braku całkowitego odżywiania się na surowo mężczyźni byli w stanie dożyć wieku 150–180 lat, żyjąc jedynie w warunkach, w których unika się skrajnej degeneracji żywności. Już sam fakt, że większość ludzi żyje krócej, jest wyraźnym sygnałem, że coś jest nie tak z ich trybem życia. Zwierzęta żywią się głównie zielonymi liśćmi i łodygami roślin. Ludzkość ma do dyspozycji najzdrowsze i najbardziej skoncentrowane składniki odżywcze najwyższej jakości, które przechodząc przez liście i łodygi, pnie i gałęzie tych roślin, łączą się w nasionach i owocach.

Nadszedł czas, aby biolodzy przyznali, że zeszli z właściwej ścieżki i prowadzą badania w niewłaściwym kierunku. Muszą ponadto przyznać, że sztucznymi preparatami nie da się zrekompensować strat naturalnych składników odżywczych; że trucizny nie mają zdolności przywracania zwyrodnień różnych narządów; że nasze narządy i gruczoły są nieodłącznymi częściami naszego ciała i dlatego nie wolno ich okaleczać ani usuwać. Dziś pokazuję im bardzo prostą i łatwą metodę skutecznego i pewnego uwolnienia organizmu od wszelkich chorób. TO ZNISZCZENIE CHORYCH I BEZużytecznych KOMÓREK ORGANIZMU POPRZEZ ODCIĘCIE DOSTAWY NIENATURALNEJ ŻYWNOŚCI I ZASTĘPOWANIE ICH ZDROWYMI I SPECJALISTYCZNYMI KOMÓRKAMI WYPRODUKOWANYMI Z NATURALNYCH SKŁADNIKÓW ODŻYWCZYCH. Aby w pełni przekonać się o słuszności moich argumentów, potrzeba zaledwie kilku miesięcy pracy.

Machine Translated by Google

Jaki powinien być cel lekarzy i biologów, jeśli nie wyzwolenie ludzkości przed chorobami? Sposoby na osiągnięcie tego celu to jedzenie na surowo.

Muszą niezwłocznie oświadczyć, czy rzeczywiście chcą zobaczyć a świat wolny od chorób. Jeśli udowodnią, że ich własne obliczenia są dokładniejsze niż obliczenia natury i że zjadacze surowego na całym świecie zamiast odzyskać zdrowie, zamiast odzyskać zdrowie, natychmiast wycofam się z areny i zachowaj mój spokój. W przeciwnym razie z pewnością nie będą w stanie zmusić ludzkości do znoszenia chorób tylko po to, aby drzwi szpitali i aptek były otwarte.

Muszą pogodzić się z myślą, że odtąd przygotowywanie gotowanych potraw i ich zalecenia będą uważane za zbrodnie przeciwko całej ludzkości, a „leczenie" truciznami za czary epoki jedzenia gotowanego. Mądrzy i humanitarni lekarze natychmiast wstrzymaliby te zalecenia i nakłoniliby ludzi do poddania się zarządzeniom natury. Ręce lekarza, któremu w sercu pozostała iskierka sumienia, powinny drżeć przy zapisywaniu nazw substancji trujących i sztucznych witamin, a wargi powinny drżeć przy wymawianiu nazw gotowanych potraw. Ich działania są równoznaczne z wydaniem wyroku śmierci na niewinnych ludzi. Niech to zrozumieją także wszyscy rodzice.

Być może niektórym z moich czytelników może nie podobać się mój ton pisania. W ich zdaniem moje wypowiedzi powinny być bardziej naukowe (ozdobione terminologią łacińską niezrozumiałą dla większości ludzi), bardziej ugodowe (uskarżające się), poważniejsze (obłudne), bardziej kompromisowe (pozbawione skrupułów), bardziej uprzejme (kłamstwo) i bardziej taktowne (pokonanie). Ale wolę być zdecydowany, szczery i odważny. I taki właśnie będę, nawet jeśli cały świat będzie przeciwko mnie. Jestem pewien, że otrzymam wsparcie wszystkich rozsądnych ludzi i usprawiedliwienie przyszłych pokoleń.

Kiedy rozważam zalecenie rosołu, żółtko jajka, smażonej wątroby czy kompotów dla inwalidów, a szczególnie dla małych dzieci, jest czynem karalnym, nie rzucam oszczerczego oskarżenia. Ani

Machine Translated by Google

Czy grzeszę przeciw prawdzie, gdy za czary uznaję wszystkie operacje medyczne, podczas których zamiast oczyścić naczynia krwionośne pacjenta stojącego u progu śmierci za pomocą naturalnego odżywiania, wzmacnia się mięśnie jego serca i udziela dają mu nowe życie długiego życia, rozszerzają jego naczynia za pomocą trujących substancji drażniących, pobudzają pracę serca „rzęsami bicza", zmniejszają ilość krwi przez upuszczanie krwi lub degenerują ją i rozrzedzają sztucznymi środkami. Bircher-Benner, a także wielu innych sumiennych naukowców, uważało takie operacje za czary, oszustwo i bufonadę.

Z pewnością nie jestem winny nieskromności, gdy polegam na moich osobistymi, niezwykle ograniczonymi środkami, prowadzę żmudne badania, a następnie na podstawie moich odkryć oświadczam, że cytologowie są winni szaleństwa, gdy najpierw spalają tysiące składników odżywczych w naturalnych produktach spożywczych i poddają komórki skrajnej degeneracji, a następnie marnują miliony publicznych pieniędzy daremnie próbują przywrócić tym ogniwom WSZYSTKIE UTRACIONE MECHANIZMY I FUNKCJE poprzez odkrycie JEDNEJ SZTUCZNEJ SUBSTANCJI.

Weźmy jako przykład lekarza, któremu powierzyłam dwójkę moich kochanych dzieci. Przede wszystkim pod pretekstem wspomagania trawienia i podtrzymania sił zabraniał im surowych owoców, a zamiast tego zalecał kompoty i „pożywne posiłki". Później, uznając wynikające z tych zaleceń samozatrucia i autoinfekcje za malarię, przepisał przerażające dawki chininy, a jeszcze później, za pomocą niezliczonych badań i eksperymentów, najbardziej rygorystyczną z „diet" i ogromnych ilości różnych leków i leków. nowoczesnymi antybiotykami pozbawił dzieci ostatnich zapasów energii. Taki lekarz z pewnością dopuścił się NAJBARDZIEJ Obrzydliwej Zbrodni, mimo że zrobił wszystko nieumyślnie. Teraz, aby nie powtórzył tego samego przestępstwa wobec innych dzieci, musimy uświadomić mu jego winę i uświadomić mu, że jest winny najohydniejszej zbrodni. Jeśli leki to

Machine Translated by Google

moje dzieci, które spędziły 14 lat, zostały od razu wykorzystane, cała armia zostałaby całkowicie unicestwiona.

Dziś stanowisko jest mniej więcej takie samo. W dobie nauki postępu, wciąż widzę wiele bladych, słabych dzieci, których matki uciekają się do wszelkiego rodzaju zachęt i gróźb, aby zmusić je do jedzenia ryżu, mięsa, jajek, chleba, miodu, masła i ciastek, a jednocześnie surowo zabraniają im spożywania ogórków i banany za „niestrawność", wiśnie i winogrona za „powodowanie biegunki" oraz morwy i melony za „wywoływanie gorączki". Jak mogę tolerować obojętnie ten opłakany stan rzeczy?

Każdy wie, jak złożona jest budowa organizmu człowieka. Ziarno kukurydzy ma dokładnie tę samą złożoną strukturę.
Kiedy sprawimy, że wykiełkuje, stanie się aktywnym i kwitnącym ciałem, które żyje i oddycha jak człowiek, z tą różnicą, że nie może mówić ani chodzić. Tysiące substancji niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania wszystkich dużych i małych elementów naszego ciała gromadzi się w nim w wymaganych ilościach i według najdokładniejszych obliczeń. Kiedy zamieniamy żywą pszenicę w chleb, niszczymy wszystkie zawarte w niej substancje oprócz popiołów: martwą skrobię i cukier. Wyobrażając sobie te popioły jako prawdziwy pokarm, matka mająca dobre intencje daje je swojemu dziecku, ale boi się dać mu żywą pszenicę.

Podobnie cała gotowana żywność na świecie, którą krótkowzroczni ludzie uważają za dobre pożywienie, to tylko pstrokate stosy pachnącego i mocno przyprawionego popiołu. Odkryte w nich przez biologów witaminy i listwy to substancje nienaturalne, pozbawione życia.

Gdy tylko żywa komórka roślinna zostanie ugotowana, przestaje być pożywieniem; wychodzi ze swojego naturalnego stanu i zamienia się w coś sztucznego. Kiedy matka daje swojemu dziecku pierwszy chleb, mleko w proszku lub inną gotowaną potrawę, zaczyna używać tych sztucznych substancji do przeprowadzania na dziecku najbardziej bezlitosnych i nieludzkich eksperymentów.

Podstawowym błędem nauk medycznych jest ich godna pożałowania krótkowzroczność. Nawet tak wybitny cytolog jak Cowdry uważa

Machine Translated by Google

żywe i doskonałe produkty spożywcze, takie jak pszenica, nasiona i owoce, za „raczej jednolitą i prostą dietę lokalnego pochodzenia”. Natomiast kolorowe stosy popiołu spożywane przez ludzi uważa za „wielką różnorodność potraw zebranych z wielu stron świata” (op. cit. s. 220) i spodziewa się, że przyjdzie Arystoteles i pokaże mu prawdziwa różnica między nimi.

Choć zdecydowanie rzucam wyzwanie obecnemu systemowi terapii, tak właśnie robię nie żywcie nienawiści do nikogo. Żywię jedynie głębokie uczucie litości dla wszystkich bez wyjątku mężczyzn i kobiet, ponieważ nieświadomie i bez zastanowienia popełniali te zbrodnie przeciwko sobie, swoim bliskim i ludzkości. Ale ci, którzy po przeczytaniu tych wersetów będą trwać w swoich błędach, zostaną potępieni przez każdą inteligentną istotę ludzką.

Nadszedł czas, kiedy biolodzy muszą wybrać jedno z nich otwierają się przed nimi dwie ścieżki. Albo muszą przyjąć nieomylną mądrość natury i natychmiast uwolnić ludzkość od wszystkich jej cierpień, albo ignorując prawa natury i opierając się wyłącznie na własnym osądzie, muszą uważać biały chleb za lepszy od żywej pszenicy, uważać to, co sztuczne za lepsze od naturalnych i tak jak poprzednio upierają się przy swoich szkodliwych eksperymentach. Jaki będzie wtedy wynik? Załóżmy, że obecny stan rzeczy utrzymał się jeszcze przez kilka pokoleń, w tym czasie ilość narkotyków faktycznie się podwoiła; liczba sztucznych witamin wzrosła czterokrotnie, każdy dom zamieniono na szpital, a każdy został lekarzem. Co powinniśmy z tego zyskać, skoro sami lekarze zapadają na choroby częściej niż jakakolwiek inna klasa ludzi i na ogół umierają przed wszystkimi innymi?

Cała odpowiedzialność za zwodzenie świata spoczywa na czołowi specjaliści: biolodzy badający i profesorowie medycyny. Nie można winić zwykłych lekarzy, ponieważ po prostu stosują w praktyce to, czego nauczyli ich nauczyciele. Żadnemu inżynierowi nie powierza się konserwacji fabryki, zanim nie zapozna się on ze wszystkimi szczegółami jej działania. Na pewno nie da się zapełnić grupy ludzi jakimiś elementarnymi skrawkami

Machine Translated by Google

wiedzę, fantazyjne domysły, hipotetyczne założenia i sprzeczne teorie, a następnie dać im całkowitą swobodę igrania życiem bliźnich za pomocą tysięcy trucizn, narzędzi tortur i kapryśnych rozkazów, a wszystko to bez żadnego pozwolenia i przeszkód. Załóżmy na chwilę, że wszystkie książki i encyklopedie medyczne na świecie są poprawne. Następnie; aby je zapamiętać, lekarz potrzebowałby kilkunastu żyć, a nawet wtedy nie byłby w stanie zrozumieć tysięcznej części niezliczonych procesów zachodzących w organizmie człowieka.

Gdyby pacjent cierpiący na przewlekłą chorobę zwrócił się do stu lekarzy, otrzymałby sto różnych recept i zaleceń. Lekarze bowiem dokonują jedynie eksperymentów i to najbardziej karygodnych eksperymentów. Ponieważ Ci, którzy teraz są głusi na te oczywiste prawdy, jutro nie będą w stanie zrzucić odpowiedzialności ze swoich ramion. Kiedy dzisiejsze dzieci z czasem dorosną i okażą się słabego zdrowia i pogrążone w nałogach, pociągną do odpowiedzialności wszystkich biologów, przywódców świata i swoich rodziców i zażądają informacji, jakie kroki podjęły, gdy przeczytaj te ostrzeżenia. Czy nadal uważali, że ich mądrość przewyższa naturę?

Jeżeli tak nie uważają, muszą natychmiast położyć kres niszczeniu naturalnych środków spożywczych. Jest to stanowczy nakaz Natury, która nie uznaje żadnych kompromisów. Jest to prawo wszystkich wszechświatów.

Ale dzisiaj ludzkość żyje pod całkowitym wpływem diabłów, które przekształciły tę ziemię w piekło. Te diabły, przywdziewając maski pięknych dziewcząt, usiadły na stołach obiadowych i w ludzkich naczyniach; leżeli na jego twarzy i brodzie, na jego rękach i nogach, na jego szyi i ramionach, a ze swoich miejsc obserwacyjnych bezczelnie naśmiewali się z jego zmysłów. Przeniknęły do jego ciała i zamieszkały w samym jego sercu i duszy.

Machine Translated by Google

Dzisiejszy „cywilizowany” człowiek wyśmiewa bałwochwalstwo minionych wieków, ale nie zdaje sobie sprawy, że jest o wiele większym bałwochwalcą niż bałwochwalcy z przeszłości. W dawnych czasach ludzie ustawiali wizerunki różnych zwierząt i uwielbiali je; dzisiaj zabijają te zwierzęta i czczą ich zgniłe zwłoki.

Dzisiejszy „cywilizowany” człowiek nie jest w stanie wyobrazić sobie okrucieństwa, jakie panuje cały świat żyje teraźniejszością. Pani „delikatna” i „czułościowa”, która wręcz mdleje na widok kilku kropel krwi na twarzy dziecka, spokojnie kładzie na stole zakrwawione serce, wątrobę lub pierś baranka i kroi je na kawałki. wszelką obojętność, nie zastanawiając się ani chwili, że zaledwie godzinę wcześniej biedne stworzenie było pełne życia i witalności. Gdyby od dzieciństwa widziała zabijanie dziecka razem z kurczakiem czy barankiem, z równą obojętnością chwyciłaby za nóż i bez skrupułów wraz z sercem baranka pociełaby serce tego dziecka, gotuj i jedz. Jedyna różnica polega na tym, że jej oczy przyzwyczaiły się do jednego, a do drugiego nie, bo inaczej nie zdziwiłby ją krwawy widok ludzkich ciał wiszących w rzeźniach obok padlin krów i owce.

Ludzkość obecnie jest daleka od cywilizacji

Dopóki ludzie będą spożywać gotowane jedzenie, na Ziemi nie będzie prawdziwego rozwoju ani trwałego pokoju. To właśnie gotowane jedzenie jest przyczyną wszystkich wojen i masakr na świecie.

To gotowane jedzenie rodzi złych przywódców i niebezpiecznych dyktatorów, takich jak Hitler, Lenin, Stalin itp. lub takich brutalnych przestępców, jak Abdul Hamid i Talaat oraz ich zwolenników, którzy zmasakrowali połowę spokojnej populacji Armenii, a drugą wypędzili połowę swojej starożytnej ojczyzny, w której żyli przez tysiące lat, rabując i rabując ich narzędzia rolnicze, domy i

Machine Translated by Google

ogrody, ich góry i doliny, a potem bezwstydnie paradowali na oczach całego „cywilizowanego" świata, zupełnie bezkarnie.

Pomimo ciągłego wzrostu produkcji kukurydzy, na całym świecie nadal występują ogromne niedobory zbóż.

Są trzy przyczyny tego dziwnego paradoksu: Po pierwsze, zamieniając wszędzie chleb pełnoziarnisty w chleb biały, pozbawiamy go ostatnich resztek wartości odżywczych. Następnie za pomocą sztucznego nawożenia zwiększamy ilość plonu kosztem jego jakości. Wreszcie, fałszywy człowiek rozwija się tak szybko, że wzrost produkcji żywności nie jest w stanie nadążać za popytem.

Większość pól uprawnych jest wykorzystywana do karmienia zwierząt gospodarskich w przemyśle mięsnym i mleczarskim.

Na pierwszy rzut oka mężczyznom może być trudno wyobrazić sobie ogromne korzyści, jakie ludzkość odniesie z jedzenia surowej żywności.

Niemal natychmiast wszelka choroba zostanie zmieciona na zawsze, a wszelkie dodatki i przestępstwa znikną z powierzchni ziemi.

Jednocześnie oczekiwana długość życia wzrośnie dwa lub trzy razy i nastąpi postęp gospodarczy na taką skalę, że jeśli obecny stan rzeczy się utrzyma, nie będzie on w zasięgu człowieka przez setki lat.

Twierdzenia te są faktami, a nie fikcją, a co więcej, wszystkie te korzyści można uzyskać w bardzo prosty sposób. Wszystko, co musimy zrobić, to szanować najbardziej elementarne prawa natury i zapobiegać zagładzie żywej i integralnej pszenicy.
Gdyby ktoś miał dość przenikliwości umysłu, aby przeniknąć i dostrzec różnicę pomiędzy żywą, aktywną pszenicą a spalonym chlebem, z łatwością mógłby wydedukować różnicę pomiędzy organizmem osoby jedzącej surowo i organizmem gotowanego...

zjadacz.

Machine Translated by Google

Przyjrzyjmy się teraz postawie przyjętej przez obecnych władców RP świata i inne odpowiedzialne władze w kierunku tych żywotnych problemów. Z otrzymanych od nich listów wynika, że z zainteresowaniem przeczytali moją pierwszą książkę i ogólnie podzielają moje poglądy. Nie słyszałem ani jednego niezgodnego głosu z żadnej strony. Ale to nie wystarczy. Moja książka nie jest ciekawą powieścią, którą można przeczytać raz i odłożyć na bok. Jest to tom, w którym omawiane są najbardziej doniosłe i pilne problemy naszego świata. Należy ją czytać wielokrotnie, a każde zdanie należy dokładnie rozważyć i rozważyć godzinami.

Byłoby błędem, gdyby ci władcy świata traktowali jedzenie na surowo jako jeszcze jedną rutynową kwestię i, podobnie jak wszystkie inne problemy polityczne i gospodarcze, przekazywali ją „ekspertom" do dalszych badań i rozważenia. Przez tysiące lat przeprowadzono liczne eksperymenty i badania, ale wszystkie zakończyły się fiaskiem. Obecnie bezpośrednim obowiązkiem władz jest nakazanie ludziom, aby ZAKOŃCZYLI TE DESTRUKCYJNE EKSPERYMENTY I POWRÓT DO NORMALNEGO SPOSOBU ŻYCIA. Dziś każdy rozsądny człowiek jest ekspertem w określaniu różnicy między tym, co naturalne, a tym, co nienaturalne, żywym pożywieniem i posiłkami pozbawionymi życia, zawierającymi sztuczne, zdegradowane materiały.

Osoba, która rządzi milionami ludzi, nie może tak łatwo panować nad pojedynczym człowiekiem, swoją własną osobą.

Mogą być tylko dwa powody odrzucenia zasad surowego jedzenia: brak zdrowego rozsądku i brak siły woli. Trzeciego powodu nie może być. Wszystkie inne „powody" to jedynie preteksty wysuwane w celu zatuszowania tych dwóch niedociągnięć. Szanujące się osoby na odpowiedzialnych stanowiskach nie powinny sprawiać wrażenia, że brakuje im odwagi i prawości moralnej.

Ci, którzy praktykowali całkowite odżywianie się na surowo przez dwa lub trzy miesiące, nigdy nie zgodziliby się na powrót do swojego wcześniej nienormalnego sposobu życia, nawet gdyby zostali doprowadzeni do stóp rusztowania. Człowieka, który dba o swoją osobę i ceni jej zdrowie i dobre samopoczucie

Machine Translated by Google

dzieci bez chwili wahania podejmą ten „eksperyment” trwający dwa lub trzy miesiące. Przywódcy zainteresowani szczęściem i dobrobytem swojego ludu (jeśli taki istnieje) muszą utorować drogę dobrobytowi całej ludzkości własnymi osobistymi przykładami. Będzie to ich najbardziej użyteczna i zasłużona służba dla ludzkości.

Nie jest przesadą stwierdzenie, że gotowane potrawy są nienaturalne i sztuczne substancje, nie dostarczają ani odrobiny pożywienia dla naszych wyspecjalizowanych komórek. Co więcej, wydatki i wysiłki podjęte w celu ich zapewnienia są nie tylko marnotrawstwem, ale są środkiem do całkowitego zniszczenia organów człowieka, a w istocie samego człowieka. Doświadczenie zdobyte w ciągu pierwszych kilku miesięcy surowego jedzenia wyraźnie pokaże każdemu prawdziwość tych stwierdzeń. Warto chwilę zastanowić się nad tym pytaniem.

W ciągu ostatnich kilku lat zgromadzono znaczną ilość informacji ze wszystkich zakątków ziemi otrzymano informację o sukcesach osiągniętych dzięki jedzeniu na surowo. Informacje te pokazują, że na całym świecie są tysiące przekonanych do zjadania surowego mięsa, z których wielu zostało wyleczonych z poważnych chorób i obecnie prowadzą najszczęśliwsze życie. Ci ludzie nie są ani ekspertami, ani naukowcami; są to jedynie wykształceni i kulturalni ludzie, którzy na podstawie własnego wglądu i osądu byli w stanie zrozumieć zasady surowego jedzenia i mieli odwagę podjąć niezbędną decyzję.

Niestety, rozpowszechnianie moich publikacji napotkało szereg poważnych trudności. Oczywiście dystrybucja milionów bezpłatnych książek na całym świecie przekracza możliwości pojedynczej osoby. Złożyłem aplikacje do kilku wydawców w Anglii i Ameryce, zapraszając ich do ponownego wydania mojej pierwszej książki w języku angielskim w ich krajach. Wszyscy przyznali, że książka jest zarówno ciekawa, jak i przydatna, jednak wyrazili ubolewanie, że nie znalazła się ona w zakresie ich publikacji. Było to zupełnie zrozumiałe, gdyż jej publikacja oznaczałaby koniec wszystkich innych ich książek „dietetycznych”, gdyż nikt zaznajomiony z zasadami surowego odżywiania się nie

Machine Translated by Google

poświęcili im najmniejszej uwagi. Dzisiejsi ludzie nie potrafią patrzeć poza swoje własne, skrajne interesy.

Niniejszym zwracam się do wszystkich stowarzyszeń, organizacji filantropijnych, dobroczyńców i humanitarystów na całym świecie o życzliwą pomoc. Niech udzielą mi wszelkiej możliwej pomocy w rozpowszechnianiu moich publikacji. Mogą zamówić dwadzieścia, pięćdziesiąt lub sto egzemplarzy moich książek i rozpowszechniać je według własnego uznania, sprzedając je lub rozdając za darmo. Każda książka może uratować życie, wyleczyć człowieka z poważnej choroby lub otworzyć przed dziećmi perspektywę szczęśliwej przyszłości. W chwili obecnej nie ma działalności o większej wartości humanitarnej niż ta.

Gdybym miał okazję sięgnąć po taką książkę 15 lat temu, dzisiaj moje dwie drogie dzieci, by żyły. Z drugiej strony, gdyby mój umysł nie został oświecony jakieś 10 lat temu, sam nie żyłbym teraz.
Wszyscy ludzie na świecie są w tej samej chwili w tej samej sytuacji i bardzo potrzebują naszej pomocy. Należy jak najszybciej zapoznać je z prawidłowymi zasadami żywienia.

Dziś widzę na własne oczy, jak niektóre organizacje wydają ogromne sumy pieniędzy, aby rozdawać biednym rafinowaną mąkę, cukier, mleko w proszku i konserwy mięsne. Rozdając ludziom tak nienaturalną i skrajnie zdegenerowaną żywność, nieświadomie popełniają najcięższy grzech i gwałcą prawa natury. Dokonaliby najpobożniejszego czynu, gdyby otworzyli oczy tym nieszczęśnikom i nauczyli ich, jak być surowym weganinem.

Dla wszystkich uzależnionych od jedzenia czarne jest białe, a białe jest czarne. Był czas, kiedy uważano, że Ziemia jest nieruchoma, a słońce i gwiazdy krążą wokół niej. Jeśli ktoś wyrażał przeciwne przekonanie, krótkowzroczni ludzie uważali go za szaleńca, gdyż w jego oczach Ziemia była mocno osadzona na swoim miejscu, a słońce poruszało się po niebie.

Machine Translated by Google

Dokładnie ta sama mentalność panuje dzisiaj. Człowiek najwyraźniej czuje na własnym ciele, że ogórek „szkodzi" mu, natomiast podwójnie ugotowany biały chleb i polerowany ryż, jako łatwostrawne, „regulują" pracę żołądka. Ale nie zdaje sobie sprawy, że tak naprawdę to właśnie spożywanie chleba i ryżu jest prawdziwą przyczyną słabości jego żołądka; właściwie ogórek jest pożywieniem, które na dłuższą metę go wyleczy.

Dzisiaj cała ludzkość jest przekonana, że gdy tylko człowiek zje kilka talerzy z „pożywnym" jedzeniem, gdy jest głodny, zaspokaja regularne potrzeby swojego organizmu. Ale ludzie nie są świadomi, że normalne komórki tej osoby nie przyjmują ani odrobiny pożywienia z tych martwych i sztucznych substancji i że pomimo pełnego żołądka pozostaje ona dość głodna.

Dziś cała ludzkość jest przekonana, że aby prowadzić zdrowy tryb życia, należy kierować się różnymi naukowymi wyliczeniami wartości odżywczych białek, witamin i minerałów, uzyskiwanymi w laboratoriach badawczych. Nie dostrzegają, że większość obliczeń jest w rzeczywistości całkowicie fałszywą i szkodliwą reprezentacją prawdziwego obrazu.

Dziś, gdy ktoś zachoruje, jest przekonany, że ma już wszystko Aby się wyleczyć, należy znaleźć konkretną truciznę zwaną lekiem. Dlatego od razu zaczyna szukać tej cudownie działającej substancji. Nie wie jednak, że terapia lekowa jest magią epoki jedzenia gotowanych potraw i że żadna trucizna nie będzie kiedykolwiek w stanie spełnić żadnej użytecznej funkcji. Nie wie też, że wszystkie choroby mają tylko dwie przyczyny: ciągły głód normalnych komórek z powodu braku naturalnych składników odżywczych oraz zgubne skutki nienaturalnego, gotowanego pożywienia i innych trujących substancji; nie ma trzeciej przyczyny. Istnieje zatem tylko jeden rozsądny sposób, aby raz na zawsze uwolnić się od wszelkich chorób. Musimy całkowicie powstrzymać się od nienaturalnej żywności i leków i zaspokoić potrzeby naszych komórek wyłącznie poprzez naturalne odżywianie (surowy weganizm).

Leki powszechnie uważane za środki lecznicze, w rzeczywistości same w sobie są przyczyną chorób. Ogólnie rzecz biorąc, to

Machine Translated by Google

jest okropnym i tragicznym błędem szukać jakichkolwiek właściwości leczniczych w substancji syntetycznej lub w pojedynczym odżywce. Jednak to właśnie ten błąd był popełniany przez ludzkość przez wieki. Na tym świecie nie ma żadnych substancji leczniczych; istnieją tylko szczególne czynniki wywołujące choroby, których usunięcie spowoduje automatyczne wyeliminowanie wszystkich chorób. Czynnikami tymi są gotowane jedzenie i trucizny, które są błędnie nazywane lekami.

Współczesny człowiek jest bardzo dumny ze swojej cywilizacji, ale daleko mu do bycia naprawdę cywilizowanym. Prawdziwą cywilizację należy mierzyć nie samym postępem technicznym, ale UNOSZLENIEM UMYSŁU I DUSZY JEDNOstka, pokonaniem wad i uzależnień oraz wyzwoleniem ludzkiego intelektu od przesądów. Aby zaspokoić swą nienormalną potrzebę jedzenia, współczesny człowiek spala w ogniu 80 procent czystej, naturalnej żywności i powoduje własną zagładę, sztucznie wywołując choroby. Aby zaspokoić swój osobisty egoizm i dumę, władcy narodów sieją ziarno nienawiści i wrogości pomiędzy narodami świata i masakrują się nawzajem.

Nawet przedstawiciele nauki, odrzucając wszelkie uczucia miłosierdzia i człowieczeństwa, bez skrupułów wykorzystują święte imię nauki dla własnych skąpych interesów i w ten sposób w najbardziej bezlitosny sposób plądrują ludzi.

Jeden z najbardziej uderzających dowodów ignorancji i zacofania charakterystyczną cechą dzisiejszego „cywilizowanego” człowieka jest jego podejście do kwestii raka. Przez dziesiątki lat szuka przyczyny i sposobu leczenia tak poważnej katastrofy za pomocą określonych substancji chemicznych i nadal kontynuuje te bezsensowne poszukiwania.

W związku z tym cztery lata temu przedstawiłem moje niezbite dowody wielu autorytetom świata. Dziś przedstawiam te dowody ponownie, w bardziej szczegółowej i rozszerzonej formie, zilustrowanej wieloma konkretnymi przykładami. Dlaczego różne ministerstwa zdrowia i inne odpowiedzialne władze zachowują dystans i obojętność? Dlaczego ludzie w dalszym ciągu straszliwie niszczą naturalną żywność? Dlaczego oni to robią?

Machine Translated by Google

zapełniają swoje książki, gazety i czasopisma sprzecznymi i szkodliwymi zaleceniami dotyczącymi fałszywych witamin i określonych diet?
Gdzie sumienie i życzliwość człowieka? Gdzie jest tak zwana cywilizacja?

Niech udowodnią to ci, którzy nieustannie dyskutują o cywilizacji oni sami są na tyle cywilizowani, aby pojąć najbardziej elementarne prawa natury i zrozumieć, co to znaczy uwolnić ludzkość od wszelkich chorób, podwoić oczekiwaną długość życia, potroić lub czterokrotnie zwiększyć standard życia.

W związku z tym niefortunny przykład najbardziej rażącego sprzeniewierzenia praw innych przyszedł z odległego Los Angeles dwa lata temu. Po przeczytaniu mojej pierwszej książki po angielsku pewna mieszkanka Kalifornii, pani H. Bulbeck, przeszła na dietę całkowicie surową.
Zafascynowana humanitarnym wymiarem pomysłu, zamawia 30 egzemplarzy książki i postanawia szerzyć dobrą wiadomość wśród swoich przyjaciół i krewnych. W międzyczasie dowiedziawszy się, że niejaki John Martin Reinecke pisze artykuły na temat „użytecznych" właściwości surowej żywności w magazynie „Let's Live" w Los Angeles, pisze do niego list i opisuje swoją metodę leczenia oraz późniejsze wyzdrowienie zarówno jej, jak i jej męża z każdej choroby, na jaką cierpieli.

Po przeczytaniu moich książek wielu pacjentów na całym świecie zaczęło jeść surową żywność, dzięki czemu zostali wyleczeni z wielu poważnych chorób, od prostych bólów głowy i zaburzeń żołądkowych po choroby układu krążenia i raka. Pacjenci, którzy przez lata nie korzystali z porad najwyżej wykwalifikowanych „specjalistów", a wielu z nich wypisano ze szpitali jako przypadki beznadziejne, w ciągu kilku miesięcy odzyskali zdrowie i obecnie mogą cieszyć się wszystkimi błogosławieństwami aktywnego życia.

Osoba, która porzuca gotowane jedzenie i inne trujące substancje, jest odporna na wszelkie choroby i może śmiało oczekiwać zielonej starości w zdrowiu i wigorze, wolnej od ciągłego przekleństwa chorób. W dalszej części tej książki czytelnik znajdzie m.in

Machine Translated by Google

wybór licznych listów, które codziennie otrzymuję od byłych pacjentów, którzy pragną pomagać innym, opowiadając o swoich doświadczeniach. W tym właśnie duchu pani Bulbeck zdecydowała się napisać do pana Reinecke.

Ten pan ignoruje moje prawo do własnej książki, przepisuje słowo słowem każdą z sześciu maksym podanych na okładce mojej książki! umieszcza je w lutowych i kwietniowych wydaniach „Let's Live” z 1965 roku Magazyn w ramach artykułu zatytułowanego „Przygody w surowej żywności”, następnie oferuje sprzedaż dodatkowych informacji w cenie 5 dolarów. Ale co najciekawsze, to fakt, że we wstępie redakcja pisma potwierdza, że treści te należą do autora artykułu! Ludzie nie powinni czytać takiej publikacji jak „Żyjmy”
Magazyn, który utrzymuje się z reklam sztucznych witamin i preparatów „dietetycznych”.

Teraz na ponad dekadę porzuciłem życie towarzyskie i pozbawiłem się wszelkich przyjemności. Byłem niezwykle oszczędny, jeśli chodzi o potrzeby rodziny i siebie, ale ani chwili nie wahałem się wydać wszystkich oszczędności na prowadzenie badań i wydawanie książek, których 10 000 egzemplarzy rozdałem już bezpłatnie organizacjom naukowym i jednostki we wszystkich zakątkach ziemi. Poniosłam te poświęcenia, aby pokazać całemu światu prawdziwą drogę do szczęśliwego, naturalnego życia i cały czas całym sercem protestowałam przeciwko sprzedawaniu takich rad za pieniądze.

Ale dzisiaj pan JM Reinecke, w lukratywnym celu wykorzystując moje pomysły i moje maksymy, żąda opłaty w wysokości 5 dolarów za pokazanie ludziom, jak się odżywiać naturalne produkty spożywcze! To jest rzeczywiście najbardziej niepokojący aspekt tej kwestii.

Oto fragmenty dwóch artykułów pana Reinecke:

ŻYJMY

Luty 1965 :

PRZYGODY W SUROWEJ ŻYWNOŚCI JOHNA MARTINA REINECKE

Machine Translated by Google

Twórca i odkrywca amerykańskich owoców

WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE PRZEZ AUTORA

W niniejszym cyklu artykułów autor przedstawia swoje opinie
w oparciu o osobiste eksperymenty oraz liczne doświadczenia z życia i
studiowania ludzi z różnych klimatów —
ich dieta oparta na surowej żywności i zdrowych owocach. — wyd.

Surowa żywność powinna być jedynym pożywieniem człowieka. Jedzenie gotowanej żywności jest nienaturalnym nawykiem, który należy wyeliminować z tego świata, jeśli chcemy osiągnąć doskonałe zdrowie. Pożywienie człowieka powinno składać się wyłącznie z żywych komórek, ponieważ gotowana żywność jest główną przyczyną wszystkich chorób człowieka. Spożywanie surowej żywności uwalnia ludzkość od wszelkich chorób i wydłuża życie ludzkie do 140 lat lub więcej.

Najgorszą zbrodnią jest przyzwyczajanie noworodka do gotowanego jedzenia, ponieważ wtedy zaczynają się jego wszystkie kłopoty (zobacz okładkę mojego pierwszego wydania „Jedzenie na surowo"). Biolodzy muszą udowodnić, że natura popełniła błąd, nie dostarczając nam produktów spożywczych w stanie ugotowanym. (Wydanie pierwsze, s. 32). Normalne dziecko nie cierpi smaku gotowanych potraw, które wydają się apetyczne tylko dla osoby uzależnionej od gotowanej żywności, tak jak opium wydaje się przyjemne dla narkomana. (Wydanie pierwsze, s. 33). Ogień w kuchni spala i niszczy 90 procent wartości dobrej, surowej żywności. (Okładka mojego pierwszego wydania).

Kwiecień 1965:

Na pierwszy rzut oka wydaje się niemożliwe, abyśmy mogli uwolnić się od niemal wszystkich chorób jedynie poprzez spożywanie naturalnej, surowej żywności. Ale faktem jest, że to, co „niewiarygodne", łatwo staje się rzeczywistością dokonaną... (Wydanie pierwsze, s. 45).

Zachęcanie ludzi powinno być obowiązkiem biologów i lekarzy jeść naturalne rzeczy; nie oddzielać składników odżywczych od pożywienia, ale zawsze spożywać je możliwie w całości, w ich naturalnie zrównoważonych proporcjach i w żywym, surowym stanie. Lekarze i biolodzy nigdy nie powinni rozmawiać o przydatności separacji

Machine Translated by Google

poszczególnych składników odżywczych, ale powinien podkreślać niezbędność pełnowartościowej, surowej żywności.

KRÓTKIE PODSUMOWANIE

Ogólnie rzecz biorąc, całą naukę o żywieniu można streścić w dwóch głównych punktach, które stanowią przedmiot zainteresowania całej ludzkości:

1. Pożywienie człowieka powinno składać się wyłącznie z żywych, surowych komórek. Tylko te środki spożywcze, które składają się z żywych komórek, posiadają wszystkie cechy niezbędne do zaspokojenia potrzeb organizmu ludzkiego.

2. W przyrodzie występują zarówno pospolite, jak i wybrane ciała roślinne. Najdoskonalsze i najbardziej odżywcze organizmy roślinne to lepsze odmiany owoców, zielonych warzyw, orzechów, zbóż i korzeni.

Krótko mówiąc, człowiek cieszy się doskonałym zdrowiem, gdy żywi się wyłącznie surową żywnością; jest chory w stopniu, w jakim spożywa gotowaną żywność; i umiera, utrzymując się wyłącznie na takiej diecie. (Wydanie pierwsze, s. 24).

Notatka końcowa Redakcji Magazynu:

Ze względu na natłok obowiązków nie będzie to możliwe dla p. Reinecke, aby odpowiadać na listy. Po otrzymaniu 5 dolarów prześle Ci swój codzienny przewodnik po menu dotyczącym surowej żywności oraz przepisy na Stany Zjednoczone i Tropiki, wraz z kompletnymi wskazówkami. Nie mają one formy książkowej. Wyślij do... - wyd.

Wielokrotnie podkreślaliśmy, że wszystkie owoce, warzywa i orzechy to doskonały produkt spożywczy najwyższej jakości, o niemal identycznych właściwościach odżywczych. Dlatego też wszelkie „przewodniki po menu” i przepisy na surowe pożywienie pozbawione są jakiejkolwiek wartości naukowej i odżywczej. Nawet najbardziej nieświadomy człowiek może ułożyć własny program żywieniowy, kierując się potrzebami swojego apetytu i zmysłu smaku.

Po otrzymaniu lutowego numeru Magazynu napisałem list do Redakcji, Pana Kay K. Thomasa, wierząc, że chętnie będzie on w przyszłości bronił moich praw:

Machine Translated by Google

21 kwietnia 1965:

Pan Kay K. Thomas, 1133 N. Vermont Ave., Los Angeles, Kalifornia.

Szanowny Panie,

Ze zdziwieniem przeczytałem w lutowym numerze „Let's Live” artykuł pana Johna Martina Reinecke zatytułowany „Przygody w surowej żywności”, w którym autor przepisał słowo w słowo motto z okładki mojej książki: „Raw-Eating” i przedstawił je jako własną treść. Proszę sprostować to nieporozumienie w następnym numerze i podjąć kroki, aby zapobiec podobnym wydarzeniom w przyszłości.

Arszawir Ter Hovannessian

Niestety, po około miesiącu otrzymałem następującą, niezadowalającą odpowiedź, w której dołożono wszelkich starań, aby wybielić Pana. Literacka nieuczciwość Reineckego:

12 maja 1965 :

Arshavir Ter-Hovannessian Kakh Avenue 21, Peshan Street, Teheran, Persja.

Szanowny Panie:

W sprawie Twojego listu z 21 kwietnia napisaliśmy do pana Johna Martina Reinecke'a o wyjaśnienie i oto, co nam doradził;

„Przejrzałem lutową część mojego artykułu i stwierdzam, że w żadnym miejscu nie skopiowałem słowo po słowie jakiejkolwiek części motta pana Ter Hovannessiana. Wszystkie moje wypowiedzi na temat surowej żywności są moimi własnymi przemyśleniami i słowami zebranymi na podstawie 25 lat zgromadzonego doświadczenia i badań. Jeżeli wypowiedziałem podobne stwierdzenia do jego, to jest to całkowicie przypadkowe i nie zamierzone.

– Przypuszczam, że mam jeden z najbogatszych w kraju zbiorów książek o surowej żywności, a wśród nich znajduję egzemplarz jego małej książeczki.

Machine Translated by Google

Gdybym to skopiował, dałbym mu uznanie. Pamiętam, że jego książeczkę podarował mi znajomy jakiś rok temu; i że wysłałem panu Ter-Hovannessianowi 10 dolarów, aby przysłał mi jeszcze kilka broszur dla moich przyjaciół. To było jakiś miesiąc temu. Do chwili obecnej nie otrzymałem żadnej wiadomości od pana Ter Hovannessiana ani pieniędzy. Jeżeli nie chce mi przysyłać swoich książeczek, to powinien zwrócić mi pieniądze, bo mam na myśli wyłącznie grzeczność i dobro szerzenia dobrodziejstw surowej żywności, która 25 lat temu uratowała mi życie.

(podpisano) John Martin Reinecke „W tych okolicznościach i w biorąc pod uwagę wypowiedzi pana Reinecke, że nie przywłaszczył sobie mottów z okładki Pańskiej książki „Raw-Eating", nie poczyniliśmy żadnych sprostowanie w Magazynie LET'S LIVE.

(podpisano) KAY THOMAS, redaktor-wydawca.

W odpowiedzi na te dość błahe argumenty wysłałem następujący list:

27 maja 1965 :

Pan Kay Thomas, redaktor i wydawca. Szanowny Panie:

Z przykrością zawiadamiam, że nie uważam Pańskiej odpowiedzi z dnia 12 maja na mój list z 21 kwietnia za zadowalającą.

Uznaję wasz magazyn za odpowiedzialny za sprzeniewierzenie moich myśli i mott przez pana Reinecke i zastrzegam sobie prawo do żądania zadośćuczynienia.

Próbujesz usprawiedliwić publiczne oszustwo stosowane przez pana Reinecke, który nadal sprzedaje moje myśli po pięć dolarów za sztukę. Moja kampania jest nastawiona głównie na tego typu wymuszenia.

Jeśli chodzi o 10 dolarów, które, jak twierdzi pan Reinecke, wysłał z zamówieniem na książki, z przykrością muszę stwierdzić, że nie otrzymałem od niego ani pieniędzy, ani listu.

ATERHOW

Machine Translated by Google

Korespondencja ta zakończyła się, gdy pani Bulbeck była na tyle uprzejma, że przysłała mi kwietniowy numer Magazynu „Żyjmy”, w którym – jak wykazano powyżej – znajdują się jeszcze bardziej rażące przykłady nieuczciwości literackiej. Pozostawiam czytelnikowi ocenę, czy „podobieństwa” między moim tekstem a artykułami pana Reinecke są przypadkowe, czy zamierzone.

Redaktor nie może zrzucić odpowiedzialności z ramion, ponieważ był w pełni zaznajomiony z moją książką, która była już recenzowana w jego czasopiśmie kilka miesięcy wcześniej, podczas gdy pan M. Reinecke tylko pogarsza sytuację bezpodstawnymi wymówkami i oszczerstwami. Jeśli chodzi o raczej nieistotną kwestię dziesięciu dolarów, które rzekomo mi wysłał, publicznie żądam podania nazwy banku lub sposobu, w jaki rzekomo przekazał mi pieniądze, o czym nie mam żadnych informacji.

Wszelkie zalecenia konkretnych diet należy całkowicie wymazać z dala od powierzchni ziemi. Ludzkość powinna jasno zdać sobie sprawę, że GOTOWANA JEDZENIE NIE ZAPEWNIA ŻADNEGO POŻYWIENIA i że CZŁOWIEK NIE JEST MIĘSOŻERNY. Poza tym niech każdy je, co mu się podoba i w dowolnej formie. Jest to całkowicie kwestia indywidualnego gustu.

Nasi „dietetycy” tak pomieszali ludziom mózgi długimi listami przepisów i jadłospisów, że wiele osób myśli, że ja też należę do tego bractwa „ekspertów” i dlatego często piszą do mnie z prośbą o program spożywania naturalne jedzenie. W tym miejscu chciałbym skorzystać z okazji i udzielić zbiorczej odpowiedzi na nie wszystkie.

Odtąd nie powinno już być żadnego specjalnego programu dietetycznego, rekomendacje lub harmonogramy dla kogokolwiek. Człowiek powinien jeść wszystko, na co ma ochotę, kiedy tylko może i tyle, ile potrzebuje jego apetyt, tak jak czynią to wszystkie inne żywe istoty, od mrówki po słonia. Inne zwierzęta jednak zwykle muszą zadowolić się takimi materiałami, które są łatwo dostępne. dla nich dostępne; Porównaj koniczynę, siano,

Machine Translated by Google

górskie krzewy, liście drzew i ciernie pustynne z ziarnami, orzechami, warzywami i owocami.

Osoba zjadająca surowiec może jeść raz dziennie lub dziesięć razy dziennie; może nakarmić na jednym rodzaju owocu lub na stu rodzajach. Z punktu widzenia zdrowia nie ma to żadnego znaczenia, gdyż każdy surowy produkt roślinny wzięty z osobna dostarcza sam w sobie pełnego pożywienia. Osoba jedząca surówkę powinna kierować się nie listami zaleceń „naukowych" czy „dietetycznych", ale wymaganiami swojego apetytu i podniebienia, które zawsze będą dla niego nieomylnymi przewodnikami przy wyborze naturalnych składników odżywczych. Najpewniejszym, najbezpieczniejszym i najłatwiejszym sposobem jest spożywanie pożywienia w stanie, w jakim przygotowała go i nam przedstawiła natura, po prostu rozgniatając go zębami. Ale jeśli ktoś ma czas i wolną chwilę na przygotowanie sałatek i innych dań mieszanych, to musi je zjeść

natychmiast po przygotowaniu, w przeciwnym razie z biegiem czasu człowiek będzie popychany w stronę nowej degeneracji artykułów spożywczych.

Ludzie nie powinni już czytać książek zajmujących się etiologią poszczególnych chorób, diagnostyką, terapią, lekami, witaminami, minerałami, białkami, hydroterapią, elektroterapią i innymi podobnymi tematami, ponieważ wszystkie choroby mają swój początek w jednej wspólnej przyczynie i mają jedną wspólną metodę leczenia .

Wielu wegetarian, a nawet niewegetarian, którzy starają się spożywać np niewiele więcej owoców niż zwykle, ma pretensje do uważania się za zjadaczy surowego mięsa. Nikt jednak nie może uważać się za surowożercę, jeśli zje chociaż jeden ugotowany posiłek w miesiącu, bo w ten sposób nigdy nie będzie w stanie całkowicie uwolnić się od choroby. Dzieje się tak dlatego, że w początkowej fazie zjadania surowej żywności pewna liczba chorych komórek może popaść w stan uśpienia i przedłużyć swoje istnienie w tym stanie przez dość długi czas. Wtedy może wystarczyć tylko jeden ugotowany posiłek w miesiącu, aby je ożywić i zapewnić im możliwość ponownego rozmnażania się. Gdy tylko zjadacz surowego zje kęs gotowanego jedzenia, z pewnością dostarcza chorym komórkom świeżego pożywienia i daje im nowe życie. Zatem jeśli ktoś nie jest w stanie całkowicie uwolnić się od plagi chorób, musi to zrobić

Machine Translated by Google

szukaj przyczyny w tych sporadycznych wykroczeniach, a nie w żadnym innym kącie. Nie można w żaden sposób uzasadnić tych niedotrzymań.

Jeden z najbardziej bezpodstawnych argumentów przeciwko całkowitemu jedzeniu na surowo, co czasami dociera do mnie z niektórych krajów północnych, a zwłaszcza z Anglii, to zróżnicowanie warunków klimatycznych. Dopóki człowiek będzie w stanie znaleźć garść surowego zboża, w żadnym kraju nie będzie mowy o niedoborze naturalnych składników odżywczych. Poza tym, biorąc pod uwagę fakt, że gotowana żywność nie dostarcza organizmowi ludzkiemu najmniejszego pożywienia, we wszystkich regionach świata musi być wystarczająca ilość środków spożywczych, jeśli ludzie będą w stanie się wyżywić i podtrzymać życie. Eliminując z naszej diety posiłki gotowane, w niczym nie umniejszamy wartości odżywczej naszego pożywienia; wręcz przeciwnie, uwalniamy się od substancji trujących i szkodliwych. Pełne znaczenie tych prawd może docenić jedynie osoba, która od wielu lat cieszy się korzyściami płynącymi z jedzenia na surowo. Wszystkie te „naukowe" postulaty, za pomocą których biolodzy próbują przedstawiać gotowaną żywność jako pożywienie, są bezpodstawnymi domysłami i próżnymi złudzeniami.

W obecnej sytuacji istnieją pewne kraje gdzie ludzie cierpią z powodu „niedoboru" żywności i są narażeni na ciągłe zagrożenie głodem, gdy wystarczy oficjalna deklaracja, aby dokonać się długo oczekiwanego cudu sprowadzenia na świat obfitości. Niestety, nigdzie nie pojawia się to proste i jasne stwierdzenie, że GOTOWANIE NISZCZY NATURALNE ŚRODKI ŻYWNOŚCI I PRZEKRACZA JĄ W SUBSTANCJE SZKODLIWE, mimo że już w 1963 roku zwróciłem uwagę na tę niezaprzeczalną prawdę wszystkich czołowych autorytetów i środowisk naukowych świat. Jest to uderzające wskazanie, jak głęboko dzisiejsza ludzkość jest pogrążona w ignorancji, uprzedzeniach, przesądach i odrażających uzależnieniach. Słowa takie jak cywilizacja i postęp brzmią pusto, gdy odnosi się je do ludzi, którzy pomimo wszystkiego, co zostało powiedziane i napisane, nadal nie chcą przyznać, że gotowanie jest czynnością nienaturalną i zgubną.

Machine Translated by Google

Mówią, że biolodzy poczynili ogromne postępy w swojej wiedzy. Wydaje mi się, że im bardziej postępują, tym bardziej muszą zdać sobie sprawę, że nic nie wiedzą. A kiedy dojdą do etapu, w którym swobodnie przyznają, że wbrew prawdziwej mądrości natury ich własna wiedza jest niczym więcej jak tylko odrobiną, można rzeczywiście przyznać, że naprawdę się czegoś nauczyli.

To nie wśród biologów „przesiąkniętych współczesną wiedzą i uczeniem się" spotykamy czcigodnych patriarchów, którzy dożyli 140 czy 150 lat. Takich ludzi spotykamy w sporej odległości od wielkich ośrodków nauki, na łonie natury, gdzie są oni częściowo odporni na szkody powodowane przez narkotyki i nadmiernie zdegenerowaną żywność. O ileż dłuższe i zdrowsze byłoby ich życie, gdyby oszczędzono im choćby częściowej degeneracji, jakiej obecnie poddawana jest ich żywność. Tym, co daje mi prawo i odwagę, by rzucić wyzwanie niemal każdej aktualnej koncepcji nauk medycznych, jest fakt, że 100% SUROWE ŻYWIENIE KŁADZIE NATYCHMIASTOWY KOLEJ WSZYSTKIM CHOROBOM RADYCZNIE I JEDNOCZEŚNIE. Przetestuj, a przekonasz się.

Nie przesadzam, gdy uważam za morderców i przestępców wszystkich tych ludzi, którzy pod jakimś fantazyjnym pretekstem lub innym zabraniają chorym i inwalidom SPOŻYWANIA NATURALNYCH SKŁADÓW ODŻYWCZYCH — świeżych warzyw i owoców — które są JEDYNYM SKUTECZNYM SPOSOBEM na przywrócenie utraconego zdrowia . Przez swą godną ubolewania ignorancję ci „uczeni naukowcy" dopuszczają się większych masakr niż kiedykolwiek dokonali Attyla czy Hitler. Swoimi głupimi zaleceniami zabijają miliony ludzi dzień po dniu, bez żadnej ulgi i wytchnienia. Do podobnych nieświadomych przestępców zaliczają się wszyscy producenci i dystrybutorzy leków, napojów, tytoniu, rafinowanej podłogi, chleba, mięsa, wyrobów cukierniczych, cukru, herbaty, kawy i wielu innych szkodliwych produktów. Każda fabryka produkująca takie nienaturalne, zdegenerowane substancje wyrządza ludzkości więcej szkody niż bomby atomowe.

Machine Translated by Google

Apeluję do wszystkich humanistów, aby uczynili wszystko, co w ich mocy, aby pomóc mi w propagowaniu tych prawd zarówno słowem mówionym, jak i poprzez moje publikacje.

Osoby jedzące surówkę, które zostały wyleczone z chorób, mają szczególny obowiązek udostępnienia prasie i wszystkim odpowiedzialnym władzom szczegółów swojego wyzdrowienia.

Wreszcie obowiązkiem dziennikarzy jest opublikowanie streszczenia tych wypowiedzi na łamach swojej gazety i żądanie wyjaśnienia, dlaczego władze utrzymują się w letargicznej bezczynności.

CZĘŚĆ TRZECIA

Osiągnięcia RAW-Jedzenia

Wielu czytelników pisze do mnie listy z pytaniami o sukcesy osiągnięte dzięki surowemu jedzeniu. Aby zaspokoić ich ciekawość, chętnie przekazuję im istotne informacje.

Rok po wydaniu pierwszego tomu mojego ormiańskiego pracy w 1960 r. opublikowałem krótszą książkę w języku perskim, którą rozdałem w 4000 bezpłatnych egzemplarzach różnym instytucjom, władzom i prasie. Gazety i czasopisma teherańskie przyjęły tę książkę przychylnie, a wiele z nich napisało na ten temat obszerne recenzje.

Książka spotkała się z dużym zainteresowaniem w kręgach dworskich. The mąż Jej Wysokości Księżniczki Shams Pahlavi, pan Mehrdad Pahlbod, obecnie Minister Kultury, zaprosił mnie do swojej rezydencji i poinformował, że moja książka została zaszczycona uwagą szacha (króla Mohamada Rezy Pahlavi), który poinstruował go, aby kontynuował zapytania na dany temat. Z przyjemnością odnotowuję, że odbyłem sześć czy siedem kolejnych konsultacji z panem Pahlbodem. Sekretarz Generalny Towarzystwa Czerwonego Lwa i Słońca, dr Abbas Naficy oraz dyrektor szpitala położniczego Khajenouri, dr AbulGhasem Naficy,

Machine Translated by Google

oraz kilku innych czołowych specjalistów pochwaliło moje poglądy i obiecało współpracę.

Wydano polecenie, aby w jednym z sierocińców wychowywać kilkoro dzieci metodą surowego jedzenia. Ponadto zasady żywienia na surowo miały zostać przyjęte w leczeniu pacjentów jednego ze szpitali dziecięcych oraz przy reformowaniu systemu żywienia jednego ze żłobków. Niestety w praktyce napotkałem różne przeszkody.
Wkrótce stanąłem twarzą w twarz z dużą armią uprzedzonych lekarzy i urzędników, których musiałem zaszczepić nowe idee. To wcale nie było łatwe zadanie. Cała sprawa została zwlekana do tego stopnia, że zmęczyłem się i z głębokim żalem porzuciłem tę próbę.

Ta porażka była tym bardziej godna ubolewania, że z bliska obserwowałam, jak na skutek nienaturalnego odżywiania niemowlęta w żłobkach pozostawały słabe i chorowite, podczas gdy w szpitalach zdawano je na sztuczne witaminy, trujące leki i białka zwierzęce, aby wybawić ze szponów śmierci te wątłe, chude dzieci, dla których podstawą życia było mleko w proszku i biały chleb, pozbawione mleka matki i naturalnych składników odżywczych. Nie trzeba dodawać, że nie zastanawiano się nad koniecznością naturalnego, bezbłędnego odżywiania.

Ale te kontakty, a także moja obecność na kilku konferencjach medycznych, nauczyły mnie wielu ważnych lekcji. Przede wszystkim zdałem sobie sprawę, że choć prezentowane przeze mnie punkty widzenia są najbardziej elementarnymi i prostymi prawami natury, są one trawione i przyswajane jedynie przez ludzi, których wysokie wykształcenie idzie w parze z wolnością oceny i niezależnością umysłu. Osoba o przeciętnym intelekcie nie może sobie wyobrazić, że laik będzie w stanie zrewolucjonizować całą dzisiejszą naukę medyczną i obalić koncepcje dietetyczne obowiązujące w świecie naukowym.

Dlatego zdecydowałem się opublikować zwięzły tom w języku angielskim i przedłożyć go uwadze najwyższych kręgów naukowych i politycznych. Pokonując bardzo duże trudności, pracowałem 16 godzin dziennie nad napisaniem książki, po czym kazałem ją przetłumaczyć na język angielski i wydać w

Machine Translated by Google

1963. Następnie wyodrębniłem 3000 adresów z różnych podręczników i wysłałem około 4000 bezpłatnych egzemplarzy tej książki do wszystkich władców świata, a także do uniwersytetów, ośrodków naukowych, organizacji międzynarodowych oraz czołowych gazet i czasopism. Właściwie podpisałem większość książek i do każdej dołączyłem list towarzyszący. Uważałem to za najszybszy i najwłaściwszy sposób propagowania moich idei na całym świecie.

Wyniki przerosły moje najbardziej optymistyczne oczekiwania. Tysiące listów i gazet otrzymanych przeze mnie w ciągu następnych kilku miesięcy nie pozostawiło u mnie żadnych wątpliwości, że moją książkę z zainteresowaniem czytają wszystkie czołowe osobistości i autorytety na świecie, z których wielu bez wahania potwierdziło prawdziwość moich poglądów.

W ostatnich latach nie tylko zrezygnowałem z działalności społecznej, ale także całkowicie porzuciłem sprawy osobiste, aby dzień i noc poświęcić się książkom. Jednak, co dziwne, są ludzie, którzy myślą, że odeszłem od zmysłów tylko dlatego, że zamiast gromadzić bogactwa i tracić czas na jedzenie, picie i zabawy, wydaję wszystkie moje oszczędności na publikację pewnych książek , które rozdaję wszystkim bezpłatnie.

Jednak moim zdaniem nie ma w życiu większej przyjemności niż satysfakcja płynąca z bezinteresownej służby bliźnim. Ludzie wznoszą budowle pałacowe i zachwycają się ich widokiem. Teraz każdy z licznych listów z gratulacjami, wyrazami uznania i podziękowaniami, jakie codziennie otrzymuję ze wszystkich zakątków świata, ma dla mnie pełną wartość budynku. A kiedy list pochodzi od kogoś, kto za moją radą został wyleczony z poważnej choroby i który uważa mnie za swojego wybawiciela, moje szczęście nie ma granic ani granic, tym bardziej potęguje je poczucie, że to wszystko zostało wykonane bez jakiegokolwiek wynagrodzenia.

Duszę moją dręczą dzień i noc, gdy widzę, jak wszędzie giną ludzie w wyniku tak zwanych nieoczekiwanych zgonów. Wyraźnie widzę, że ci ludzie NIE UMIERAJĄ; głupio ZABIJAJĄ SIĘ dla talerza pełnego nienaturalnego i sztucznego

Machine Translated by Google

żywność. Serce mi krwawi, gdy widzę przerażoną matkę wyrywającą niewinnemu dziecku najszlachetniejszy owoc i w zamian wpychającą mu w dłoń śmiercionośny chleb, mleko i mięso.

W mojej pierwszej książce po angielsku pokrótce poruszyłem prawie wszystkie te tematy istotne problemy. W tym tomie rozwinąłem niektóre z moich poprzednich wypowiedzi i omówiłem kilka ważnych kwestii nieco obszerniej, dzięki czemu temat stał się bardziej zrozumiały dla ogółu społeczeństwa. Zanim jednak zakończę książkę, chciałbym zapoznać czytelnika z przyjęciem, z jakim spotkała się moja pierwsza książka w języku angielskim, a także inne moje publikacje.

Kopia mojego listu skierowanego do władców i innych czołowych autorytetów świata

Proszę, zaszczyć mnie przyjęciem bezpłatnego egzemplarza mojej książki zatytułowanej „Raw-Eating”. Mam szczerą nadzieję, że zechcą Państwo poświęcić kilka cennych godzin na przeczytanie tej książki.

Traktując gotowaną żywność jako normalne pożywienie człowieka, ludzkość jako całość ślepo wybrała śmiertelną drogę do zagłady.

Przyjęcie pomysłów i propozycji przedstawionych w książce będzie z największą korzyścią dla dobra waszego narodu.

Kilka kopii i wyciągów z otrzymanych odpowiedzi:

List od Jego Ekscelencji Pana Amira Abbasa Hoveydy, Premiera Persji:

Teheran, 18 października 1965

Panie AT Hovanessian,

„Otrzymałem Twój list i książkę, którą wraz z nim wysłałeś. Żałując, że ze względu na nadmierny natłok pracy do niedawna nie mogłem znaleźć czasu na przeczytanie Twojej książki, bardzo dziękuję za jej udostępnienie.”

Machine Translated by Google

(Podpisano) AMIR ABBAS HOVEYDA, Premier.

***

Ambasada Amerykańska, 29 czerwca 1964.

Szanowny Panie Aterhov:

Do Białego Domu wpłynął Pański list z 28 marca 1964 r., zaadresowany do Prezydenta Johnsona, wraz z załączonym egzemplarzem Pańskiej książki pt. „JEDZENIE SUROWEGO”.

Ambasada otrzymała polecenie przekazania Państwu listu Prezydenta dziękuję za troskliwość i umożliwienie mu zapoznania się z Twoją książką.

WALTER G. RAMSAY,

Doradca sztabowy ambasadora w Teheranie.

***

Zamek Windsor, 27 kwietnia 1964

Szanowny Panie Aterhov,

Królowa rozkazała mi podziękować za list do The
Księcia Walii i za egzemplarz napisanej przez Ciebie książki.

Jej Królewska Mość uznała, że to bardzo miło z twojej strony, że wysłałeś tę książkę jej synowi, a ja przesyłam Ci szczere podziękowania od Królowej.

MARY MORRISON, Zamek Windsor, Dama dworu, Anglia.

***

Paryż, 29 AVR. 1964

Lord,

Machine Translated by Google

Le General de Gaulle a bien regu la plalettette que vous lui avez adresat celu.

Monsieur le President de la Republique m'a chargé de vous remercier de l'intention qui a inspire cet anvoi.

(Podpis) Sekretarz Particulier.

***

Moskwa, 21 czerwca 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Potwierdzam z podziękowaniem otrzymanie Twojej książki „RAW FOOD JEST ZASADA ODŻYWIANIA”, którą czytam z zainteresowaniem.

S. KURASHOV, Minister Zdrowia Publicznego ZSRR.

***

Phnom-Penh, le 9 stycznia 1965

Lord,

Je vous remercie szczerement de votre envoi de I'ouvrage „RAW-EATING” nie vous etes l'auteur et vous felicite pour les recherches et les Experiences que vous poursuivez sur l'alimentation.

Avec tous mes zachęty je vous prie d'agreer, monsieur, l'assurance de ma haute uwzględnienie.

NORODOM SIHANOUK UPAYUVAREACH,

Szef kuchni de l'Etat du Cambodge.

***

Phnom-Penh, 11 cali, sierpień 1964.

Machine Translated by Google

Szanowny Panie Aterhov,

Z wielką przyjemnością otrzymałem Państwa wspaniałą książkę pt „SUROWE JEDZENIE”. Tytuł książki wzbudza we mnie głęboką ciekawość jej zawartości.

Po przeczytaniu tej książki jestem przekonany o wszystkich prawdach, które w niej napisałeś...

Książka jest dla mnie niezwykle cenna. Zachowam to jako niezapomnianą pamiątkę po Tobie.

Czy mogę teraz prosić o pozwolenie na przetłumaczenie tej książki na język kambodżański, aby przyniosła jak największe korzyści mojemu narodowi. Mam nadzieję, że twoje nowe odkrycie nowej nauki dokona nowego zwrotu w kierunku przetrwania ludzkości jako całości.

CHUON NATH JOTANNANO,

Najwyższy Wódz Mnichów w Kambodży.

***

Phnom-Penh, le 25 lipca 1964.

Lord,

En oskarżenie recepcji votre manuel `RAW-EATING' que vous avez eu l'amabilite de me faire parvenir, j'ai l'honneur et le plaisir de vous informer que ce livre m'a beaucoup interesse et je vous en remercie vivement.

NORODOM KANTOL,

Le President du Conseil des Ministres, Royaume du Cambodge.

***

BIAŁY DOM, 1 czerwca 1964.

Machine Translated by Google

Szanowny Panie Aterhov,

Dziękuję za przesłanie mi egzemplarza Twojej ostatniej książki. patrzę

przekażę kilka wolnych godzin, kiedy będę miał okazję ją przeczytać
jakiś szczegół.

RICHARD W. REUTER, Specjalny Asystent Prezydenta i Dyrektora, Food For Peace, USA

***

Luksemburg, 13 maja 1964.

Szanowny Panie,

Ich Królewskie Wysokości Wielka Księżna i Dziedziczny Wielki Książę Luksemburga pragną, abym potwierdził otrzymanie Pańskiego listu z dnia 23 marca 1964 r., w którym przesłał Pan im książkę „Raw-Eating”.

Ich Królewskie Wysokości były bardzo poruszone tą uprzejmą uwagą i poprosiły mnie o przysłanie ciebie. Najlepsze podziękowania. Z wielkim zainteresowaniem przeczytają Twoją książkę.

Major Germain FRANTZ, adiutant.

***

Tajwan, 18 sierpnia 1964.

Szanowny Panie Hovannessian,

Z zainteresowaniem przeczytałem Twój list z 12 maja wraz z
załączony tom pt. „Raw-Eating”. Jest to bardzo dająca do myślenia rekomendacja, którą przedstawiłeś dla całej ludzkości i uważam, że zasługuje ona na uważną lekturę przez tych, którym zależy na zdrowiu nas samych i przyszłych pokoleń. Proszę przyjąć moje szczere podziękowania za troskliwość i przesłanie mi tego tomu.

Machine Translated by Google

CHEN CHENG, Premier Republiki Chińskiej.

***

Teheran, 18 października 1964.

Cher Monsieur,

Ambasada RSF de Yougoslavie jest honorowym informatorem d'avoir recuune lettre du Sekretariatu Generalnego Prezydencji RSF de Yougoslavie par laquelle est potwierdzonym przyjęciem książki RAW-EATING' not vous avez eut l' amabilite d'envoyer au Prezydent Tito.

Sekretariat Generalny jest remercie serdeczny, au nom du President Tito, dla wybranego wysłannika.

VLADIMIR MILOVANOVIĆ, doradca.

***

Transport House, Londyn, 29 kwietnia 1964.

Szanowny Panie Hovannessian,

To było bardzo miłe, że przysłałeś mi bezpłatny egzemplarz książki „RAW-EATING". Skorzystam z pierwszej okazji i przestudiuję proponowane przez Ciebie zasady żywienia.

AL WILLIAMS, Sekretarz Generalny,

Partia Pracy

***

Waszyngton, 15 maja 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Machine Translated by Google

Dziękuję za egzemplarz Twojej książki „Raw-Eating”, który niedawno otrzymałem.
Jego treść została odnotowana i doceniam Państwa troskliwość przy jej przesyłaniu.

JOHN M. BAILEY, przewodniczący NARODOWEGO KOMITETU
DEMOKRATYCZNEGO.

***

Berno, 26 lutego 1964.

Pan,

Potwierdzamy otrzymanie i dziękujemy za kopię broszury zatytułowanej:

Surowe jedzenie (badanie ogólne). Każdy musi rozpoznać integralne surowce
swojego ciała”, które przeczytaliśmy z zainteresowaniem.
Z naszymi komplementami,

SZWAJCARSKA FEDERALNA SŁUŻBA ZDROWIA PUBLICZNEGO,

Szef Kontroli Artykułów Żywnościowych RUFFI.

***

Port-au-Prince, 16 lipca 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Dziękuję bardzo za Twoją książkę zatytułowaną „Raw-Eating”. Tę książkę należy
przeczytać od deski do deski, ponieważ poruszyła problem, który przyniesie korzyści całemu
mojemu krajowi.

Mam nadzieję, że Twoja rekomendacja w książce spełni wymagania
wymagania wszystkich i będzie bestsellerem w tym roku.

DEPARTAMENT DE LA SANTE PUBLIQUE ET

DE LA POPULACJA, GERARD PHILIPPEAUX, SEKRETAT

PAŃSTWO,

Machine Translated by Google

Republika Haiii.

***

Berlin, 4 czerwca 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Prezydent Niemieckiej Republiki Demokratycznej Walter Ulbricht składa najszczersze podziękowania za przesłaną mu broszurę.

Jak zwykle Twoje wypowiedzi mogą być krytykowane w szczegółach – w dużej mierze z pewnością jest to przede wszystkim sprawa specjalisty: lekarza, specjalisty ds. żywienia itp. Niemniej jednak całkowicie się z Tobą zgadzamy, że należy dołożyć wszelkich starań, aby wprowadzić zdrowy system żywienia.

Rząd Niemieckiej Republiki Demokratycznej, a zwłaszcza Ministerstwo Zdrowia, przywiązują do tej kwestii dużą wagę. Aby stworzyć zdrowy tryb życia, powołano tu ostatnio komitet, którego jednym z celów jest popularyzacja prawidłowych zasad żywienia.

HUTH, główny doradca w Kancelarii Stanu.

***

La Habana, 24 sierpnia 1964.

Szacowany lekarz:

Acuso recibo de su amable envio del libro `Raw-Eating', gentileza que aprecio muy odramente y espero disfrutar de su lectura y recoger del mismo, pomysły i orientacje, które mogą pomóc w doświadczeniu, w esta materia nos transmite por intermedio de su lectura.

Dr JOSE R. MACHADO 'VENTURA, MINISTRO-DE SALUD PUBLICA, Kuba.

***

Machine Translated by Google

La Paz (Boliwia), 10 lipca 1964.

Dziękuję bardzo za bezpłatny egzemplarz Twojej książki o „Raw Eating". Jeszcze jej nie przeczytałem, przejrzałem tylko niektóre rozdziały. Idee, które w nich wyrażasz, są stymulujące, choć kontrowersyjne. Nie mogę jeszcze ich komentować, ale chcę poinformować Państwa o przyjęciu Pana książki i zainteresowaniu, jakie ona we mnie wzbudziła.

Dr GUILLERMO JAUREGUI G. Minister Zdrowia Publicznego.

***

Belgrad, 20 kwietnia 1964.

Niniejszym dziękuję za przesłanie mi bezpłatnego egzemplarza Twojej książki pt. „RAW-EATING", która z pewnością wzbudzi duże zainteresowanie wśród osób zainteresowanych problematyką prawidłowego odżywiania.

MAMA MARKOWICZ , Federalny Sekretarz ds. Zdrowia i Polityki Społecznej.

***

Otrzymano także listy z pozdrowieniami i podziękowaniami z następujących osobowości:

Królowa Holandii; król Danii; Król Szwecja; król Belgii; Antonio Segni, Prezydent Republiki Włoskiej; Adolf Scharf, Prezydent Austrii; Fransico Orllch, Prezydent Kostaryki; S. Radhakrishnan, Prezydent Indii; de Lisle, gubernator generalny Australii; Urho Kekkonen, Prezydent Finlandii; Eamon de Valera, Prezydent Irlandii; Lek. P. Van de Calseyde

Dyrektor Światowej Organizacji Zdrowia, Kopenhaga, Dania; Miss la Marsh, Minister Zdrowia Narodowego i Opieki Społecznej, Kanada; CH. Shapirah, Minister Spraw Wewnętrznych, Izrael; Alfonso Ponce Archila, Minister Zdrowia, Gwatemala; Abbebe Retta, Minister Zdrowia Publicznego Etiopii; Yuichi Saito, główny oficer łącznikowy, Ministerstwo Zdrowia i

Machine Translated by Google

Opieka społeczna, Tokio; Shri Mohanlal Vyas, Minister Zdrowia i Pracy, Gujarat, Indie; MacEntee, Minister Zdrowia, Irlandia; Marga AM Klompe, Minister Zdrowia, Holandia; Giorgio Borg Olivier, Premier Malty; Gudrun Sanz i Elsie Waerndt, Fundacja Nobla, Szwecja; J. Grimond, Leater Partii Liberalnej w Londynie; Pierre Werner, Premier Luksemburga; Sean F. Lemass, Premier Irlandii; Robert G. Menzies, Premier Australii; Mehdi Nawaz Jung, gubernator Gudżaratu w Indiach; Maharaja Shri Jaya Chamaraja Wadiyar Bahadur, Gubernator Madrasu w Indiach; SK Patil, Minister Żywności i Rolnictwa, Indie; PC Sen, główny minister Bengalu Zachodniego w Indiach; William Gopallawa, Generalny Gubernator Cejlonu; Lester Pearson, Premier Kanady; Sampurnanand, gubernator Radżastanu w Indiach; Shri Partap Singh Kairon, główny minister Pendżabu w Indiach; Robert Fraser, Niezależny Urząd Telewizyjny, Londyn: Mr. Sarnoff, prezes National Broadcasting Company w Nowym Jorku i tak dalej NA...

Listy zostały wysłane do wielu krajów, ale jak zauważyłeś, część maili została wysłana do polityków z krajów słabszych, w których panuje większy głód i bieda oraz inne problemy wynikające z ich fałszywej, niebezpiecznej i antywolnościowej polityki, więc jeśli zmienią swoje podejście i pomóż swoim ludziom, wtedy będą mogli stać się bogatym i pokojowo rozwiniętym narodem. Surowy weganizm jest dla nich kluczem, jeśli zmienią swoje podejście.

W oficjalnym organie Vegan Society w Wielkiej Brytanii (wrzesień 1964) opublikowano następującą notatkę: „Tragiczna śmierć 10-letniego syna i 14-letniej córki w wyniku tego, co określił jako nienaturalne odżywianie, zmusił Arshavira Ter Hovannessiana do dogłębnego przestudiowania diety – w rezultacie powstała broszura „RAW-EATING” (7/2d), którą z radością otrzymaliśmy z Teheranu.

W przekonujący sposób burzy niemal wszystkie nasze z góry przyjęte wyobrażenia na temat diety i nawet weganie, którzy je gotują, mogą czuć się nieco wstrząśnięci.

Machine Translated by Google

Nie ma żadnych bzdur w sprawie syntetycznych witamin i być może poprzez swoje szczere trzymanie się surowej żywności mógł on wskazać drogę do straszydła witaminy B12 i innych „niezbędnych” witamin.

Nie możemy podać jego argumentów, ale w przypadku jego sześcioletniej córki Anahit, która nigdy w życiu nie zjadła ani kawałka gotowanego lub zdegenerowanego jedzenia, jest uderzającym dowodem skuteczności diety, którą opracował i którą tutaj cytujemy...”

Następnie drukują w całości załącznik podany na końcu książkę, a także zdjęcie Anahit.

***

Wilmslow, 20 kwietnia 1964:

Dziękuję bardzo za uprzejmość i przesłanie egzemplarza Raw-Eating. Jestem pewien, że pomysł jest zasadniczo słuszny i znamy ogromne właściwości lecznicze diety opartej na surowej żywności.

Jeśli chcesz wysłać mi zdjęcie swojej uroczej córki Anahit (jak na tylnej okładce), z przyjemnością opublikuję go jeszcze w tym roku w THE BRITISH VEGETARIAN wraz z załącznikiem do Twojej książki.

GEOFFREY L. RUDD, sekretarz i redaktor, THE WEGETARIAN SOCIETY

Geoffrey L. Rudd, Bank Square, Wilmslow, Cheshire, Anglia.

***

Malaga, 28 maja 1965.

Drogi przyjacielu,

Prosimy o natychmiastowe przesłanie kilkunastu egzemplarzy Twojej znakomitej książki na temat „Raw-Eating”. Przelew wyślemy niezwłocznie po wystawieniu rachunku, po stawkach odsprzedaży. Tej jesieni będziemy podróżować z wykładami po Anglii i Walii i mamy nadzieję, że wykorzystamy tam książkę z pożytkiem.

Machine Translated by Google

H. JAY DINSHAH, Prezydent AMERYKAŃSKIEGO TOWARZYSTWA WEGAŃSKIEGO,
H.Jay Dinshah, Pres. Malaga, New Jersey, USA

***

Syn zmarłego doktora Birchera-Bennera, dr Ralph Bircher, dodał: sześciostronicowy artykuł wiodący w DER WENDEPUNKT, organie Birchera-Bennera w Zurychu (maj 1964), pod tytułem „Alles-oder-nichts-Lehren fibre Ernahrung" (Doktryna „Wszystko albo nic" Odżywianie), które można z grubsza podsumować następująco:

„W dwóch różnych zakątkach świata, dwóch całkowicie sobie przeciwstawnych zaproponowano doktryny żywienia. W Kalifornii eksperymentator Wirnitz przygotował niemal bez smaku odżywczy proszek z mieszaniny 48 substancji chemicznych. Za pomocą tego sztucznego „pokarmu" przeprowadza eksperymenty na 18 skazanych i nie czekając na wyniki, chętnie przedwcześnie odkrywa przed dziennikarzami perspektywę." Po opowiedzeniu nieco więcej o absurdach tego tak zwanego naukowca, recenzent kontynuuje ; Z drugiej strony na stole recenzyjnym mamy małą książeczkę zawierającą całkowicie przeciwne nauczanie na temat żywienia, reprezentującą stanowisko „wszystko albo nic": Aterhov/Raw-Eating. Publikacja jest wyposażona w solidne uzasadnienie, napisana w języku doskonale po angielsku i jest streszczeniem dwóch obszernych tomów w języku ormiańskim.

Dostrzega się w nim obecność syna starej wysokiej kultury Aryany. Z niemałą pewnością siebie... przedstawia czystą żywność roślinną jako najbardziej naturalną i jedyną właściwą żywność dla człowieka, a w naszych czasach szukania kompromisu robi to z tak świeżą, wręcz nadludzką absolutnością, że najprawdopodobniej zapłaciłby za przetłumaczenie tej małej książeczki na język niemiecki".

Po ponownym podsumowaniu zasadniczych punktów moich koncepcji, autor wspomina o pewnych faktach naukowych, które przemawiają na moją korzyść;

„Już czterdzieści lat temu Walter Sommer zastanawiał się, dlaczego Bircher-Benner nie posunął się w swoim poglądzie tak daleko, by nie uznać surowej żywności za jedyny pokarm człowieka. Na korzyść Aterhova przemawia fakt, że według najnowszych badań (Reader's Digest, styczeń 2013 r.) 1964)

Machine Translated by Google

człowiek rzeczywiście przez półtora miliona lat odżywiał się (prawie czystym) surowym pożywieniem roślinnym i w ten sposób, jak można założyć, osiągnął swój najwyższy naturalny rozwój. Na korzyść Aterhova przemawia uderzająca świadomość współczesnego braku równowagi pomiędzy składnikami odżywczymi i witaminami, „pobudzany głód", „okres utajenia (Dammerungszone) złego stanu zdrowia", rola „terenu" w chorobach zakaźnych, wielka oszczędność metabolizmu podczas żywienia świeżymi warzywami, biologiczna wyższość białek roślinnych, zwłaszcza w surowej żywności, integralność składników odżywczych, której nigdy nie wolno naruszyć, oraz perspektywy takiego odżywiania w obliczu ogólnoświatowego niedoboru środków spożywczych. "

Według recenzentki mężczyźni falują pomiędzy tymi dwoma skrajnymi biegunami. Jego zdaniem słuszne byłoby „nigdy nie spocząć pośrodku". Radzi też czytelnikowi, aby stał znacznie bliżej Aterhova niż Wirnitza.

***

Ashingdon, Rochford, 28 lutego 1964.

Szanowny Panie,

Dziękuję za zapoznanie się z Twoją książką Raw-Eating. Jeśli znasz naszą listę publikacji przekonasz się, że w pełni zgadzamy się z Twoim podstawowym założeniem. Całkowicie podzielamy Twój punkt widzenia i nieuchronnie, w świetle działań tej Spółki, zgadzamy się z Twoimi ustaleniami.

Podoba nam się Twoje podejście do tematu żywności dla dzieci. To jest bardzo rzeczywiście dobrze. Prawdą jest, że u małego dziecka naturalny smak surowych owoców musi być celowo zmieniony na rzecz gotowanych potraw. Podziwiamy Twoje wszechstronne podejście do tematu, gdyż na 53 stronach z pewnością przedstawiłeś wszystkie argumenty przemawiające za zdrowym trybem życia, czy też z punktu widzenia przezwyciężania i/lub zapobiegania chorobom oraz podejmowania pod uwagę

Machine Translated by Google

implikacje medyczne i ekonomiczne, a nawet konsekwencje etyczne dla świata jako całości.

...Niestety potencjalni dobroczyńcy ludzkości nie otrzymują aklamacji ani innych (materialnych) nagród, chyba że działają poprzez „ establishment ”. W przeciwnym razie czego nie można zrobić z choćby jedną dziesiątą z setek tysięcy funtów przekazywanych na „badania” przez naukowców, którzy bardzo często po pewnym czasie wyciągają jedynie wnioski, nawet jeśli wyniki w rzeczywistości nie wyrządziły krzywdy.

THE CW DANIEL COMPANY LIMITED Ashingdon, Rochford, Essex, Anglia.

***

Meksyk, DF 23 kwietnia 1964.

Szanowny Panie Hovannessian:

Właśnie otrzymaliśmy Twoją książkę RAW-EATING' i to tylko w formacie rzut oka, zdaję sobie sprawę, że jest to całkiem interesujące i że naprawdę wykonujesz dobrą robotę, próbując przekonać ludzi, że najlepsze ze wszystkiego jest podążanie za naturą bez absurdalnych modyfikacji, jakie dokonała z nią ludzkość.

Inż. CARLCS PRIETO LOSANO. Główny menadżer. INTER - AMERYKAŃSKI ASSN. INŻYNIERII SANITARNEJ, Alfonso Herrera, 11-103, Meksyk 4, DF

***

Dom Przyjaciół, 13 kwietnia 1964.

Twoja książka o surowym jedzeniu trafiła do Rady Służby Przyjaciół i z chęcią ją przeczytałam. Prześlę go do Biblioteki Przyjaciół Towarzystwa Wegetariańskiego, gdzie, mam nadzieję, może się przydać innym.
Dziękuję za dobrą pracę, którą wykonujesz, pisząc i żyjąc w ten prosty sposób, korzystając z surowej, naturalnej żywności. Wydaje mi się, że jest to znak nadziei na wyżywienie świata i pokój na ziemi. wierzę w to

Machine Translated by Google

powinno uczynić nas bardziej wrażliwymi na duchowe światło. Obecnie jestem weganinem (wegetarianinem, nie jem jajek, mleka, miodu itp.), dlatego cenię sobie Twoje sugestie i jestem wdzięczny, że coraz więcej osób postrzega to jako właściwy sposób życia. Istnieją obecnie różne stowarzyszenia, humanitaryści, którzy są wegetarianami i miłują pokój, a oni powinni pomóc w jedności świata.

QUEENIE DAWE, Dom Przyjaciół, Euston Rd. Londyn, NWI

***

Izrael, 22 stycznia 1965.

Szanowny Panie,

Po przeczytaniu Twojej książki Raw-Eating' chcielibyśmy przeczytać inne Twoje książki po angielsku... Gdyby tylko ludzie pomyśleli i zrozumieli, że mogą być zdrowsi i szczęśliwsi bez tych wszystkich śmieci, które wprowadzają do swoich ciał! Jesteś prorokiem naszych czasów.

M. NEZAH, doktor medycyny naturalnej, Pres. Izrael Naturopatyczny assn.
Posiadłość Nezah, Miszmar Hasziwa, Izrael.

***

Szanowny Panie:

Przeczytałem Twoją książkę Raw-Eating' i bardzo mi się podoba. Jest to bardzo interesujące pod każdym względem, ponieważ żywność należy spożywać taką, jaką produkuje natura.

Twoje podstawowe tezy są takie same, jak te, które dawno temu podtrzymywałem w moich książkach i pismach... Chciałbym przetłumaczyć je na język hiszpański, jeśli zaakceptujesz ten pomysł. Jeśli nie masz nic przeciwko, prześlij mi kopię dla siebie. Robię jego recenzję dla hiszpańskiego magazynu: Bionomia, wydawanego w Madrycie, Hiszpania...

A. Severon, doktor medycyny naturalnej, Colunga, La Riera, Hiszpania.

Machine Translated by Google

***

Boston, 5 lipca 1966.

Pozdrawiam pana Aterhova:

W załączeniu znajdziesz dziesięć dolarów za siedem swoich broszur zatytułowanych Raw-Eating. Pozostawi to saldo trzech dolarów na pokrycie kosztów wysłania możliwie największej liczby biuletynów nr 1.

Jesteśmy bardzo zainteresowani Państwa biuletynem nr 1, ponieważ mamy zamiar wysłać jego kopię do wielu osób, które piszą do nas w sprawie swoich problemów zdrowotnych. Jesteśmy pewni, że dla wielu osób będzie to błogosławieństwo.

Będziemy wdzięczni za wyrażenie zgody na powielanie Państwa biuletynu nr 1 na powielaczu, gdyż oczywiście nie rozważalibyśmy zrobienia tego bez Państwa zgody. Jeśli zostanie wydane pozwolenie, nie dodamy ani nie odejmiemy ani jednego słowa. Jesteśmy organizacją non-profit i szczerze pragniemy pomóc cierpiącej ludzkości w powrocie do zdrowia, jakie zaplanowała dla nas natura. Jesteśmy przekonani, że i Ciebie motywuje to samo pragnienie.

Mam nadzieję, drogi panie Aterhovie, że poświęci pan tej sprawie swoją osobistą uwagę i przekaże mi wiadomość pocztą lotniczą, gdy tylko będzie to dla pana dogodne. Będziemy również bardzo wdzięczni, jeśli dołączysz do listu lotniczego kilka fragmentów biuletynu nr 1."

Założyciel, THE RISING SUN, KRAJOWA FUNDACJA BADAŃ MEDYCZNO-FIZYCZNYCH, INC.

Założone w 1908 roku jako „Towarzystwo Badań Podstawowych" przez Nicolę Teslę, Thomasa Edisona i Francisa Richardsa. ANNA WIGMORE, DD
Prezydent wykonawczy, 25 Exeter St. Boston

***

Los Angeles, 23 czerwca 1966.

Machine Translated by Google

Mój drogi bracie:

Autor niedawno wszedł w posiadanie Twojej umiejętnie napisanej i pouczającej książki zatytułowanej Raw-Eating' i bardzo podobała mu się jej lektura. Pragnie ci szczerze pogratulować tej uczonej prezentacji, a w szczególności twojego odważnego wsparcia i poparcia dla jedzenia niegotowanej, naturalnej żywności.

Ta procedura żywieniowa była od dawna gorąco popierana, w rzeczywistości, kiedy zajmował się produkcją elektromagnetycznych instrumentów terapeutycznych, około 40 lat temu lub w 1926 roku napisał kilka diet dla lekarzy i pielęgniarek, które zalecały dominację „surowego" produkty w codziennej diecie...

Pisarz prowadził także długotrwałe badania w dziedzinie emisji i promieniowania elektromagnetycznego, a później w istotnych zagadnieniach chemii rolniczej, obejmujące nie tylko wymagania ilościowe, ale i jakościowe, aby sprostać alarmującym potrzebom dzisiejszej ludzkości...

Zanim przejdziemy dalej, możemy zapytać, czy którykolwiek z Twoich poprzednich tomy zostały napisane po angielsku? Zauważono, że jeden z nich został opublikowany w języku ormiańskim. Jeśli tak, autor chciałby przestudiować to samo, aby upewnić się, że pełniejszy stopień zrozumienia Twojej cenionej pracy humanitarnej.

Tytułem wyjaśnienia można stwierdzić, że pisarz poświęcił się sporo czasu i wysiłku, aby ukończyć obszerny traktat, który jest już prawie gotowy, zatytułowany The Supersensible Rescue of Man", który rzeczywiście obejmuje głęboki temat...

Czy zanim zaprzestaniesz wygłaszania tego pisma, autor może oświadczyć, że Twoja książka stanowi ceniony wkład w rozwój ludzkości i zasługuje na powszechne czytanie i studiowanie? Człowiek nie bierze pod uwagę, że życie roślinne jest jedyną zadowalającą fabryką żywności i że ani zwierzę, ani on nie mogą istnieć bez rośliny, która tworzy i dostarcza w przyswajalnej formie niezbędne minerały i esencje w stanie organicznym do utrzymania. Wydaje się, że nadal uważa

Machine Translated by Google

„surowy” jako nierafinowany, surowy, nienadający się i nieprzygotowany do użytku lub przyjemności...

Jak napisał kilkadziesiąt lat temu wielki dr Alexis Carrel: „Ludzie nie mogą podążać za współczesną cywilizacją jej obecnym kursem, ponieważ ulega ona degeneracji. Fascynowało ich piękno nauk o materii obojętnej. Nie zrozumieli, że ich ciało i świadomość podlegają prawom natury, bardziej niejasnym niż prawa świata gwiezdnego (astralnego), ale równie nieubłaganego. Nie zrozumieli też, że nie mogą przekroczyć tych praw bez kary. Muszą zatem nauczyć się niezbędnych relacji w kosmicznym wszechświecie, między swoimi bliźnimi, a także w swoim wnętrzu, a także w swoich tkankach i umyśle. Gdyby się zdegenerował, piękno cywilizacji, a nawet wielkość fizycznego wszechświata zniknęłyby. Doktor Carrel często nawiązuje do faktu, że budowa coraz większej liczby wielkich szpitali nie przezwycięża konieczności zajmowania się przyczynami, a nie ciągłego radzenia sobie wyłącznie ze skutkami.

Mamy zatem wiele do zrobienia, aby edukować ludzkość i powrócić do naturalnych podstaw, zdrowego rozsądku i wypełniania naszych obowiązków i odpowiedzialności.

Dr ARIHUR B. WALKER, 439 S. Sherbourne Drive, Los Angeles, Kalifornia, USA

***

Allegany, Nowy Jork, 28 października 1966.

Szanowny Panie Aterhov,

Jedna z Twoich książek „Raw-Eating” trafiła w moje ręce i jestem pod wielkim wrażeniem jego zawartości; do tego stopnia, że przyjąłem reżim surowego jedzenia. Mam tutaj farmę, na której uprawiam organicznie własne owoce, orzechy i warzywa i jestem zainteresowany pomaganiem innym poprzez Raw Eating w osiągnięciu doskonałego zdrowia; mając to na uwadze, wysyłam Ci przekaz bankowy na kwotę 20,00 dolarów na pokrycie płatności za 30 kopii

Machine Translated by Google

Twoja książka. Byłbym także wdzięczny za kilka egzemplarzy Pańskiego biuletynu nr 1 do rozdania moim przyjaciołom...

Zrobię wszystko, co w mojej mocy, aby wypromować Twoją książkę w tym kraju, ponieważ pomogła mi znaleźć dobrą drogę do prawdziwego zdrowia. Mam wielu zwolenników tutaj, w Stanach Zjednoczonych, i jestem oddana sprawie DOBREGO ZDROWIA poprzez prawidłowe odżywianie i styl życia. Jestem członkiem Amerykańskiego Towarzystwa Higieny Naturalnej. Zamierzam w dalszym ciągu szerzyć ewangelię surowego jedzenia za pośrednictwem Twojej książki i wierzę, że przyniesie to o wiele więcej zamówień na Twoją książkę. Mam tu piękną farmę i jeśli przyjedziesz do tego kraju, możesz przyjść i zostać moim gościem.

Pan AJRUGGIERI, W. 5 Mile Rd. Allegany, Nowy Jork. Prezydent
DOBRYCH CHŁOPCÓW Z ŚWIATA „Pokój: dobra wola wobec ludzi”

***

Meadows of Dan, 1 września 1966:

Drogi Przyjacielu, jestem weganinem i miłośnikiem surowej żywności, głoszę i uczę tego. Znalazłem Twój biuletyn nr 1 w Mount Zion Reporter, wyciąłem go i zrobiłem przedruk, aby rozdać za darmo... Czy robiąc to bez pytania, zdeptałem Cię po nogach i czy dajesz mi prawo do druku więcej tego, żeby oddać za darmo mojemu choremu przyjacielowi?... Mam cenną książkę „Nature The Healer” Johna T. Richtera, ale muszę zobaczyć, co powiesz. Proszę, przyślij mi „Raw-Eating”, a jeśli jest to równoznaczne z Nature The Healer, będę potrzebował wielu z nich, aby dać je moim bliźnim. Jestem także autorem traktatów, ale nie jestem lekarzem...

11 grudnia 1966:

Byłem więcej niż szczęśliwy, że otrzymałem te książki wraz z twoim dobrym listem... Przyjacielu, myślę, że twoja książka jest na szczycie; Szukałem mniejszego niż Nature The Healer. Nie ma lepszej pracy niż uświadamianie ludziom wartości surowej żywności. Myślę, że Twoja książka służy teraz moim potrzebom w takim samym stopniu jak większa książka, a poza tym wydobywa z niej więcej dobrych rzeczy. Tak, mogę skorzystać z książek, które przysłałeś... Potrzebuję jeszcze trochę twoich

Machine Translated by Google

książki. Wybieram się z podróżą misyjną na Florydę i podczas tej podróży przyda mi się wiele Twoich książek. Zamierzam szerzyć dietę na surowo w tej formie, a także jestem wzywany do przejmowania pewnych przypadków, aby przestawić ich na surową dietę. W tej chwili pewna kobieta leży na skraju śmierci, a lekarze niemal skazują ją na śmierć. Błaga mnie o pomoc w przejściu na dietę, mam nadzieję, że wkrótce to zrobię...

Pani IW Carroll, Box 240, Meadows of Dan, Wirginia, USA

***

Izrael, 22 sierpnia 1966:

Bardzo drogi panie Aterhov. Z wielką przyjemnością dzisiaj skończyłem czytać Twoją znakomitą książkę RAW-EATING. Jeśli ludzkość pewnego dnia zrozumie znaczenie naturalnej żywności, będzie to początek nowej ery w historii ludzkiego życia; to będzie po prostu RAJ.

Za pozwoleniem, pozwól, że się przedstawię. Nazywam się Joseph Razon, mam 43 lata, przyjechałem do Izraela trzy lata temu i pracuję jako lekarz w Organizacji Medycznej Kupat Holim. Nie czuję się szczęśliwy w mojej rutynowej codziennej pracy, ponieważ jestem zmuszony przepisywać leki (trucizny). Choć staram się przepisywać możliwie najmniejszą ilość (primum non nocere), nie jestem usatysfakcjonowana moją praktyką zatruwania trucizn! Muszę pracować, bo jestem żonaty! Moja żona pochodzi z Teheranu... Po przeczytaniu Twojej książki pomyślałem, aby napisać do Ciebie i zapytać, czy nie mógłbyś przysłać nam literatury w języku perskim dla mojej żony. Jestem pewna, że jeśli przeczyta o naturalnej żywności i jej wpływie na ludzki organizm, nie odważy się karmić naszego dziecka (spodziewamy się dziecka) martwymi elementami!

Chciałbym przekazać Państwu kilka szczegółów na temat mojej działalności w Stambule kilka lat temu. Byłem sekretarzem generalnym „Tureckiego Towarzystwa Wegetarian i Higienistów" i byłem jednym z najbardziej aktywnych członków tego ruchu. Tam Organizacje Medyczne i Przemysł Chemiczny dostrzegły zagrożenie w naszym ruchu wegetariańskim ze względu na ich trucizny i jako Żyd byłem najsłabszym punktem, który uznali za łatwy do zniszczenia. Oni

Machine Translated by Google

wyrządził mi wiele krzywdy i zmuszony byłem na zawsze opuścić kraj, w którym się urodziłem, w którym studiowałem i którego ludzi kochałem. Musiałem jednak przyjechać do Izraela. Na szczęście tutaj możemy swobodnie mówić i pisać o wegetarianizmie i naturalnym życiu. Jest ponad 20 lekarzy medycyny naturalnej, mamy także wioskę wegetarian, AMIRIM, niedaleko miasta SATAD w górach Galil!

Tydzień temu odwiedziłam to miejsce po raz drugi, poczułam się szczęśliwa i zapragnęłam tam zostać i zamieszkać. Ale przede wszystkim muszę przekonać żonę. Bardzo proszę o przesłanie mi literatury w języku perskim na ten temat.

Z przyjemnością patrzyłem na zdjęcie ANAHIT, takie urocze i zdrowy. Już od samego patrzenia na jej zdjęcie można poczuć jej zdrowie.

12 listopada 1966:

Otrzymanie bardzo interesującej broszury było dla mnie prawdziwą przyjemnością. Jedzenie" w wersji perskiej. Jestem wdzięczny i mam nadzieję, że moja żona lepiej zrozumie temat. Mam też nadzieję, że moje dziecko będzie wolne od krzywdy gotowanej, nienaturalnej żywności!...Pomimo pracy w organizacji medycznej opiekuję się ludźmi, którzy chcą prowadzić higieniczny tryb życia. Będąc w Turcji opiekowałam się swoimi pacjentami jako naturalna higienistka. Teraz w Izraelu muszę najpierw zarobić na życie, więc muszę pracować w organizacji medycznej.

Prędzej czy później będę musiał pracować wyłącznie w dziedzinie bez narkotyków. Ale bez uzdrowiska nie będzie to wystarczająco satysfakcjonujące, dlatego wspólnie z kilkoma lekarzami medycyny naturalnej poszukujemy osób, które chciałyby nam pomóc! Mam nadzieję, że w niedalekiej przyszłości opowiem Wam o tym więcej.

Dr JOSEPH RAZON, 170/2 Arlozorov St. Kiryat- Malakhi, Izrael

***

Baldwin Park, Kalifornia, 14 kwietnia 1966.

Drogi przyjacielu:

Machine Translated by Google

Ucieszyłem się, widząc twój artykuł na temat surowego jedzenia w „Mount Zion Reporter" w Jerozolimie w Izraelu. Redaktor to mój brat. Cieszę się, że wspomniałeś o swojej książce w jego gazecie. Jestem bardzo zainteresowany większą ilością literatury na temat surowej żywności, dlatego wysyłam moje pierwsze zamówienie, ponieważ mam zamiar szerzyć tę tak potrzebną prawdę.

20 czerwca 1966.

Otrzymałem Twoje cenne książki. Są właśnie tym, czego potrzebuję... Cenię tych książek bardzo dużo i mam nadzieję, że wiele osób z różnych krajów je odnajdzie, tak jak ja miałem to szczęście...

13 listopada 1966. Cieszę się, że mogę teraz zamówić więcej Twoich książek „Raw-Eating". Są tym, czego ludzie potrzebują. Chciałem wysłać to zamówienie znacznie wcześniej, ale poczekałem, aż będę mógł oszczędzić pieniądze. Myślę, że następnym razem uda mi się zamówić wcześniej, bo mam już trochę spraw do załatwienia... Mieszkam sama, 5 lutego 1967 skończę 89 lat, więc nie mogę wyjść z książkami i sprzedać ich jako młody człowiek mógłby. Zapisuję swoje imię i nazwisko oraz adres w księgach i pożyczam je tym, którzy będą je czytać. Chcę, żeby książki się przemieszczały, więc nie mogę ich rozdawać, żeby leżały w czyimś domu... Od prawie wszystkich lat staram się stosować metody naturalnego żywienia, najlepiej jak potrafię

ostatnie dwa lata. Całe popołudnie pracowałam w ogrodzie i nie jestem zmęczona...

ORAF. CARPENTER, Kalifornia, USA

***

Alberta, 9 kwietnia", 1966.

Szanowny Panie,

Jestem czytelnikiem „Mount Zion Reporter" i interesuje mnie artykuł „Wartość surowej żywności". Mam 75 lat MŁODY i naturalnie chciałbym skorzystać z zalet diety surowej żywności. Wcześniej byłem sportowcem, ale byłem oddany diecie gotowanej żywności.

Machine Translated by Google

Problem polega na tym, aby tutaj, w Kanadzie, uzyskać właściwy rodzaj warzyw i owoców – wolnych od zastrzyków mineralnych.

GEORGE BAIN SUTHERLAND, Kanada.

***

Swansea, 1 marca 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Na początku stycznia, podczas oglądania programu „TONIGHT”. telewizorze, byłem zelektryzowany widokiem Twojej książki i wysłuchaniem kilku przeczytanych jej fragmentów. Bardzo zależało mi na egzemplarzu Twojej książki. Napisałem więc do BBC z prośbą o podanie niezbędnych danych wydawcy itp. Niestety, w końcu powiedziano mi, że jest to nieosiągalne w tym kraju. Jednakże wysłali mi jedyny adres, jaki mieli, więc zdecydowałem się napisać do Ciebie, choćby tylko po to, aby podziękować i życzyć powodzenia w rozpowszechnianiu Twojego przesłania. Zgadzam się gorąco, że uzależnienie od jedzenia jest najbardziej szkodliwą ze wszystkich wad. Jakże inny mógłby być świat, gdyby ludzkość zmieniła swoje zwyczaje żywieniowe, zgodnie z zaleceniami zawartymi w Twojej książce. Wasz przykład jest najwyższym wysiłkiem dla dobra człowieka w dzisiejszym świecie. Cześć Tobie – najwyższy Proroku tego wieku...

29 kwietnia 1964. Cóż to był za szczęśliwy dzień, kiedy w ostatnią środę dotarła Twoja książka i list. To mnie wchłonęło, a czasami zaskoczyło. Przede wszystkim oświeciło mnie to i zainspirowało na nowo. Odkąd byłem dzieckiem, kiedy zapamiętałem kilka cytatów w szkółce niedzielnej, szukałem PRAWDY. („I poznacie prawdę, a prawda was wyzwoli”). Poszukiwania poprowadziły mnie przez różne kościoły, do racjonalizmu, następnie do wegetarianizmu z reformą żywności i lekarstwami naturalnymi, a ostatecznie do teozofii z jedynym akceptowalnym (dla mnie) wyjaśnieniem problemów życiowych – karmą i reinkarnacją. Cóż to była za długa podróż. I tu wreszcie, patrząc na Twoją książkę, czuję „TO JEST TO”. Dziękuję za tak wspaniały prezent i cenię również Twój list...

Machine Translated by Google

3 lutego 1966. Wielką radością było usłyszeć Cię ponownie i dowiedz się z Twojej ulotki o wielu sukcesach osiągniętych przez tych, którzy podążają za Twoim przykładem... Z pewnością zainteresuje Cię historia mojego wnuka. W 1964 roku doznał załamania nerwowego i przez krótki czas przebywał w szpitalu psychiatrycznym. Wkrótce po tym, jak wyszedł, udało mi się wysłać mu egzemplarz twojej książki... Zaczął jeść surowe jedzenie jak kaczka w wodzie i cudownie wyzdrowiał. Zmieniło to cały jego światopogląd i osobowość, a teraz robi duże postępy w nauce. Jest studentem sztuki na Uniwersytecie w Manchesterze.

Pani Gena Harries, 11Hston Place, West Cross, Swansea, Glamorgan, Anglia.

***

Southsea, 20 lutego 1964.

Szanowny Panie,

Byłbym zobowiązany za podanie szczegółów dotyczących sposobu uzyskania książka „RAW-EATING” autorstwa ATERHOVA. British Broadcasting Corporation w Londynie podała mi Pański adres, informując, że książki nie można kupić w języku brytyjskim. Bardzo chciałbym mieć kopię.

19 marca 1964. Bardzo dziękuję za Twoją książkę o surowym jedzeniu, którą otrzymałem w ubiegły czwartek, 12 marca. Treść Twojej książki była dla mnie rzeczywiście objawieniem, najwspanialszą książką, jaką kiedykolwiek czytałem na temat potrzeb i wymagań istoty ludzkiej. Pomyślałem też, jak szczery i podnoszący na duchu był temat tej książki. Doceniam czas, jaki musiał poświęcić na studiowanie i przygotowanie tej książki. To bardzo kiepski wyraz tego, co naprawdę o tym myślę i zrobię wszystko, co w mojej mocy, aby zainteresować innych ludzi, ale nie będzie to łatwe zadanie, wiedząc, kim są ludzie i jak niechętnie zmieniają swoje nawyki, zwłaszcza żywieniowe te. Niemniej jednak zrobię wszystko, co w mojej mocy, aby ich przekonać i namówić, aby przysłali po Twoją książkę... Jeśli będziesz zainteresowany, będę Cię od czasu do czasu informował, jak się sprawy mają...

Machine Translated by Google

Pani VM Snelling, 26 Victoria Rd. Southsea, Hants, Anglia.

***

Santa Rosa, 27 listopada 1964.

Szanowny Panie,

Miałem przyjemność przeczytać Twoją książkę „Raw-Eating” i bardzo chciałbym mieć ją dla siebie. Po omówieniu tej kwestii z dwoma moimi przyjaciółmi, oni również są zainteresowani kupnem jednej książki, dlatego załączam przekaz pieniężny na kwotę 4,50 dolara za trzy książki... Bardzo zależy mi na otrzymaniu tych książek... Jestem stuprocentowym zwolennikiem „raw fooder” i rozpowszechniam dobre słowo wśród zainteresowanych. Surowe jedzenie uratowało mi życie.

21 stycznia 1965:

Po otrzymaniu 15 egzemplarzy „Raw-Eating” z dołączoną fakturą żądającą kwoty 10 dolarów, załączam wyciąg bankowy... plus dodatkowe 10 dolarów za 15 kolejnych egzemplarzy Raw-Eating. „Naprawdę doceniam możliwość pomocy ludziom w zrozumieniu konieczności spożywania surowej żywności dzięki tej twojej wspaniałej pracy. Dziękuję.

2 lutego 1965:

Możesz przeczytać egzemplarz magazynu „Let's Live” autorstwa Martina Reinecke artykuł „Przygody w surowej żywności”.

W tym miesiącu w numerze znajduje się mój list, w którym opowiadam, jak wraz z mężem zaczęliśmy jeść wyłącznie surową żywność. Jesteśmy tym bardzo entuzjastycznie nastawieni i w miarę naszych możliwości będziemy nadal pomagać Martinowi w promowaniu tego sposobu odżywiania.

Twoja książka „Raw-Eating” jest po prostu wspaniała. Bardzo mi miło rozpowszechniaj ją wśród osób poszukujących tej wiedzy. To prawda, że jest ich obecnie bardzo niewielu, ale wierzę, że z czasem zrozumienie przyjdzie do wielu. Cicha praca z tymi, którzy będą słuchać, daje ogromną satysfakcję.

Machine Translated by Google

6 maja 1965:

Otrzymałem Twój list z prośbą o wcześniejsze wydania „Let's Live”, ale ja przykro mi, że sklep ze zdrową żywnością sprzedał wszystkie egzemplarze. Przesyłam Ci numer majowy i będę nadal wysyłać kolejne numery, chyba że chcesz wykupić prenumeratę.

Zgodnie z sugestią wysłałem kopię Twojego listu do Martina Reinecke w celu skorygowania jego lutowego artykułu.

Będę zainteresowany posiadaniem egzemplarza Twojego drugiego tomu, gdy będzie już ukończony. Udało mi się sprzedać Twój pierwszy tom i będę chciał zatrzymać trochę pod ręką.

Pani Helen M.Bulbeck, 818 Cherry St. Santa Rosa, USA

***

Wenecja, Kalifornia, 29 września 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Dziękuję bardzo za dwa egzemplarze Twojej książki „Raw-Eating”. Bardzo miło mi się ją czytało.

Przestałem jeść gotowane jedzenie pięć miesięcy temu. Mam 31 lat i czuję się bardzo dobrze. Co drugi dzień biegam 2-5 mil po plaży, pływam, chodzę po górach. Trzy tygodnie temu w ciągu jednego dnia wspiąłem się na górę Withney. Podróż w obie strony wynosi 40 km, a sama góra ma wysokość ponad 4500 metrów. Mój puls wynosi 58-60. Mówię wam to wszystko, abyście wiedzieli, że niegotowane jedzenie jest odpowiedzią na wszystkie cierpienia ludzkości.

Mógłbym być bardzo zainteresowany sprzedażą Twojej książki w Stanach Zjednoczonych (i być może w Kanadzie). Proszę dać mi znać, ile żądasz za 500 lub 1000 egzemplarzy...

6 lutego 1966:

Machine Translated by Google

Moja żona i ja już prawie dwa lata jemy w 100% surową żywność
dieta z najlepszymi efektami. W załączeniu przesyłam Państwu artykuł napisany przez Shirley,
moją żonę, wydrukowany w czasopiśmie „LET'S LIVE”, lipiec 1965. Zezwalamy Państwu na
wykorzystanie tego artykułu i załączonych zdjęć.
Jedno ze zdjęć przedstawia naszego bardzo drogiego przyjaciela, który jest surowym
weganinem. Mocuje się z lwami (afrykańskimi) gołymi rękami, a te lwy mają wszystkie zęby i
pazury. MICKEY SOLOMON to jego imię.

Nigdy w życiu nie czuliśmy się tak dobrze, odkąd jemy surowe jedzenie. Twoja książka jest
najlepszą, jaką posiadamy na temat surowej żywności i często ją czytamy. Chcielibyśmy szerzyć
prawdę o surowej żywności... Uważamy, że Twoja wspaniała książka powinna zostać udostępniona
wielu osobom.
W załączeniu przekaz pieniężny na kwotę 20,00 dolarów...

Pani Shirley i pan Thorwald Boie, 1015 Venice Blvd. Wenecja, Kalifornia
USA.

***

Kolumbia, Karolina Południowa 7 stycznia 1965:

Bardzo podobał mi się artykuł o Twojej książeczce RAW-EATING w Let's Live Magazine z
grudnia 1964. Napisałem do autora, Martina J.
Fritza i poradził mi, żebym napisała do British Vegetarian Magazine, a oni z kolei dali mi twój
adres...

PANI. IRENE GOLEMON, USA A

***

Wyciąg z listu napisanego przez pana w Abadanie, po przeczytaniu mojej perskiej
książki:

Abadan, 25 lipca 1965:

Szanowny Panie Aterhov,

Twoja mała książeczka spowodowała wielką zmianę w moim nastawieniu mentalnym, tak
że już uważam się za zjadacza surowego jedzenia. Nie wiem

Machine Translated by Google

jak ci podziękować. Nie będzie przesadą stwierdzenie, że zawdzięczam Ci życie. Jesteś Jezusem naszych czasów, dającym życie chorym i na wpół umarłym, i jakież to słodkie życie!... Wydaje mi się niewiarygodne, że można przeczytać Twoją książkę i nie zmienić swojego trybu życia.

SADARAT, Abadan, Persja.

***

Po opublikowaniu mojego dużego tomu w języku ormiańskim, surowym jedzenie zyskuje w Armenii wielu zwolenników.

Erewan, 24 marca 1961.

Szanowny Panie Hovannessian,

Biblioteka Centralna Akademii Nauk Armenii otrzymała z podziękowaniem pierwszy tom Pańskiej pracy pt. Raw-Eating. W celu zaspokojenia potrzeb naszych licznych czytelników w związku z Pana pracą zatytułowaną „Raw Eating" prosimy o przesłanie nam pięciu egzemplarzy pierwszego tomu, gdyż dwa już wysłane egzemplarze są zawsze w obiegu i powstają znaczne opóźnienia w spełniając wymagania bardzo wielu czytelników."

AKADEMIA NAUK ARMENII, H.MECHERIAN, Dyrektor Sekcji Kompletnej.

***

Erewan, 20 listopada 1961.

Szanowny Panie Hovannessian,

Otrzymaliśmy dziesięć egzemplarzy pierwszego tomu Pańskiego dzieła pt. „Raw-Eating", przekazanych do naszej biblioteki, za co wyrażamy naszą szczerą wdzięczność.

Erywań, 16 czerwca 1965:

Machine Translated by Google

Dyrekcja Biblioteki Państwowej Armenii pragnie wyrazić swą szczerą wdzięczność za sześć egzemplarzy Pańskiej książki pt. „Wzdłuż ścieżek surowego jedzenia”, które podarowali Państwo Bibliotece.

Liczba osób zainteresowanych surowym jedzeniem stopniowo rośnie i wielu z nich pragnie mieć Twoje książki. Czy mógłbyś udostępnić nam jeszcze kilka egzemplarzy Twoich publikacji?

MINISTERSTWO KULTURY ARMENII,

AM MIASNIKIAN PAŃSTWOWA BIBLIOTEKA RP,

ARAZI TIRABIAN, dyrektor.

***

Następnie często wysyłałem dwadzieścia do trzydziestu egzemplarzy moich książek do tej biblioteki, nie oczekując żadnego zwrotu ani rekompensaty.
Niestety ze względu na problemy i ograniczenia nałożone na ludzi przez Związek Radziecki (dyktatura przeciwko handlowi prywatnemu) wszystkie zamówienia na książki otrzymane ze Związku Radzieckiego realizuję całkowicie bezpłatnie, niezależnie od tego, czy prośby te pochodzą od instytucji publicznych, czy od osób prywatnych.

Fragmenty listu wybitnego (ormiańskiego poety),
Hovhannes Shiraz:

Erewan, 4 stycznia 1962.

Drogi Ter Hovannessianie,

Przez czysty przypadek natknąłem się na Twoją godną podziwu książkę zatytułowaną „Raw-Eating”. Twoim przeznaczeniem jest zostać wielkim zbawicielem całej tej na wpół rozgarniętej ludzkości. Twoje odkrycie, jedzenie na surowo, jest tak wielkie jak odkrycie wielkiego Darwina; w istocie jest ono większe i bardziej humanitarne, ba, powiedziałbym bardziej filantropijne niż wszystkie wielkie odkrycia poprzednich stuleci. Ale, niestety, przed tobą stoi niezwyciężona skała. Gdyby tylko to ślepe dziecko, ta tak zwana ludzkość, która była oszukiwana przez tysiące lat, tak zrobiła

Machine Translated by Google

opamiętaj się, porzuć ogień i podążaj za tobą roztropną ścieżką, którą otworzyłeś, a akty przemocy znikną z wnętrza człowieka. Ale ludzkość, wraz z całą tą mnóstwem ras i plemion, nadal trzyma się mocno ognia, jak mech przylega do skały. Nie porzuca swojej śmiercionośnej gotowanej żywności i nie porzuci jej jeszcze... Niemniej jednak całuję Twoje smutne czoło i raduję się na myśl, że urodziłeś się Ormianinem. Rzeczywiście jesteś nieśmiertelny...”

Hovanes Shiraz, Leninian Ave. 20 Erywań.

***

Już od dzieciństwa autor poniższego listu, młody student, cierpiał na wiele chorób, w tym na odrę, szkarlatynę, świnkę (ślininę przyuszną), malarię, dusznicę bolesną, różne przeziębienia i katary, bóle ucha, bóle zębów, zaparcia, biegunkę, hemoroidy, zapalenie wyrostka robaczkowego i przewlekłe zapalenie pęcherzyka żółciowego (zapalenie pęcherzyka żółciowego) . Dziś jedzenie na surowo uwolniło go od wszystkich tych cierpień, za co wyraża swoją wdzięczność w następujących wersach:

Erewan, 5 lutego 1964.

Mój drogi nauczycielu, brak mi słów, aby wyrazić uczucie wdzięczności i podziwu, jakim żywię Cię od miesięcy, ponieważ wszelkie słowa wydają się śmiesznie nieadekwatne.

Jednym magicznym ruchem położyłeś kres koszmarowi, który nawiedzał moje życie, i bez wątpienia zrobisz to samo innym ludziom, dopóki przyczyna tego koszmaru nie zostanie wykorzeniona – dzięki tobie.

Przyszedłeś, aby rozproszyć tę ślepotę otwartych oczu, tę głuchotę o ostrych uszach i to nieświadome szaleństwo, w którym byłem pogrążony, jak wszyscy inni.

Przyszedłeś z magiczną lampą, którą możesz przedstawić na sklepieniu nieba to oblicze, które było naprawdę moje i o którym dotychczas mogłem tylko marzyć i domyślać się.

Machine Translated by Google

Kłaniam się przed Twoją promienną postacią i pozdrawiam Cię jak mężczyznę któremu zawdzięczam więcej niż kiedykolwiek komukolwiek innemu.

Kłaniam się przed Twoją jaśniejącą postacią i pozdrawiam Cię jako bohatera, którego imię jest dziś stale na ustach tych, których ocalił, ale jutro będzie na ustach wszystkich.

Kłaniam się przed Twoją jaśniejącą postacią i pozdrawiam Cię jako krzyżowca na rzecz prawdziwej cywilizacji, prawdziwej nauki, prawdziwego postępu oraz jako bojownika o świetlaną, cywilizowaną, naukową przyszłość.

Armen Vshtuni, Perspektywa Lenina 20, Erewan, Aremenia.

***

Erewan, 29 marca 1964.

Drogi Hovannessianie,

Tylko kilka linijek, aby poinformować Cię, że surowe jedzenie zyskało kolejnego rekruta, którego powód przyjęcia nowej formy odżywiania nie opiera się na poczuciu rozpaczy spowodowanej tą czy inną chorobą, ale na ideałach inspirowanych Twoimi wspaniałymi myślami .

Muszę przyznać, że na mojej drodze stoi wiele przeszkód, bo mój ojciec jest biologiem, brat lekarzem, a w rodzinie tylko ja żywię się inną (normalną) dietą. Minęło dziewięć miesięcy od przejścia na nowy sposób odżywiania i cieszę się doskonałym zdrowiem. Wydaje mi się, że takie listy, napływające do Was ze wszystkich zakątków globu, będą się mnożyć w postępie geometrycznym i że nie będziecie mieli czasu przeczytać skierowanych do Was wierszy wdzięczności. Twoje odkrycie przejdzie do historii.

***

18 czerwca 1965.

Machine Translated by Google

Piszę z Leningradu. Kontynuuję naukę w Konserwatorium tutaj. Będąc zawsze przy Tobie, przesyłam Ci najlepsze życzenia, mając pewność, że czas działa na Twoją korzyść. Badania lekarskie przeprowadzane u mnie przez mojego brata zawsze dają zadowalające wyniki. Czuję się rzeczywiście bardzo dobrze, a waga powoli, ale systematycznie rośnie.

H. SWATCIAN.

***

Erewan, 6 stycznia 1965.

Szanowny Panie Hovannessian,

Minęło już sześć miesięcy, odkąd ćwiczę jedzenie na surowo. Mający mając pełną świadomość wspaniałego przyjęcia Twojej książki w każdej części świata, nie chcę wdawać się w szczegóły i powtarzać zwykłych pochwał. Bez wątpienia koncepcja jedzenia na surowo jest największym zwycięstwem osiągniętym przez ludzki umysł w ciągu całego biegu cywilizacji.

Nie chcę pisać o moich osobistych doświadczeniach, bo czytając przytoczone przez Państwa fragmenty różnych listów gratulacyjnych zdaję sobie sprawę, że moje reakcje są w pełni zgodne z reakcjami innych konsumentów naturalnych środków spożywczych.

Szczególne znaczenie mają zmiany psychiczne, które bezpośrednio następują, jeśli w ogóle nie poprzedzają, reakcji fizjologicznych.

Pozwólcie, że podziękuję Wam za wyjątkowy dar, jaki podarowaliście rodzajowi ludzkiemu.

Włodzimierza Chaczaturiana, 38 Abovian St. Erewan.

***

Świąteczna wiadomość od młodej damy z Moskwy:

Machine Translated by Google

Moskwa, 20 grudnia 1964.

Szanowny Panie Aterhov,

Z przyjemnością przesyłam Państwu pozdrowienia w tym sezonie, wraz z osobistymi podziękowaniami i najlepszymi życzeniami zwycięstwa w Waszym wielkim i humanitarnym dziele.

Twoja wyznawczyni, która wyzdrowiała po długiej i ciężkiej chorobie serca.

Następnie w dziesięciostronicowym liście opisuje całą swoją historię choroby i rekonwalescencji, czego podsumowanie stanowi:

31 marca 1965:

Przestawiłem się na jedzenie na surowo w listopadzie 1963 roku. Od tamtej pory tak robię nigdy nie miałem chwili zwątpienia. W tamtych czasach miałem już historię chorób serca trwającą dziewięć lat.

Ale pozwólcie, że zacznę od początku. Kiedy miałem osiem, dziewięć lat stary miałem atak reumatyzmu. Potem około dziesięć razy w roku zapadałem na zapalenie krtani, grypę i wszelkiego rodzaju przeziębienia, które trwały zazwyczaj od sześciu do dziesięciu dni. Stopniowo rozwijało się przewlekłe zapalenie migdałków. W wieku czternastu lat lekarze odkryli u mnie uszkodzenie zastawki mitralnej w sercu, a później reumatyczne zapalenie serca. W wieku piętnastu lat usunięto mi migdałki. Ciągle cierpiałem na długotrwały ból serca, zapalenie nerwu, osłabienie i bezsenność. Krótkiemu snu, który nastąpił po godzinach udręki, towarzyszyły przerażające koszmary. Kiedy budziłem się w nocy, bałem się ciemności. W sumie trzy lub cztery miesiące w roku spędzałem w łóżku. Z dużym trudem wspiąłem się na pojedyncze piętro schodów; Zawsze byłam pozbawiona spacerów, ćwiczeń fizycznych, pływania, podróżowania, czytania i wielu innych przyjemności i rekreacji.

Zawsze byłam pod opieką lekarzy. Kiedyś mnie „leczyli”. środki piramidonowe, aspiryna, antybiotyki, leki przeciwbólowe, rozszerzające naczynia krwionośne, środki nasenne i inne podobne leki. Mój organizm ciągle protestował

Machine Translated by Google

zaskakujący sposób wobec tych środków i mój stan stopniowo się pogarszał. Przekonany o nieskuteczności takich środków, ostatecznie zrezygnowałem z nich wszystkich.

Proszę wybaczyć, że zajmuję Pańską uwagę taką minutą Detale. Wydaje mi się, że Cię zainteresują, tym bardziej, że zmiana dokonała się w zadziwiający sposób. Bez problemu zrezygnowałam z gotowanych posiłków. Surowe pożywienie rozbudziło we mnie przyjemne uczucie wewnętrznego oczyszczenia i lekkości. Niemal z dnia na dzień moje serce przestało mnie niepokoić. Podczas gdy poprzednio odczuwałem bóle w okolicy serca nie tylko raz w tygodniu, ale prawie KAŻDEGO DNIA i to przez GODZINY CAŁĄ, w pierwszym roku mojego surowego jedzenia ani razu nie kładłem się do łóżka a bóle w moim sercu ograniczyły się do sześciu do ośmiu CHWILOWYCH bólów o niewielkim znaczeniu.
Od półtora roku nie miałem JEDNEGO ataku grypy ani przeziębienia. Już w pierwszych miesiącach moje bóle głowy CAŁKOWICIE ZNIKnęły. Jednak największym cudem dla mnie było to, że już KILKA MINUT od położenia się do łóżka zaczęłam zasypiać. Zwiększyła się moja zdolność do pracy; zniknęło moje dotychczasowe rozkojarzenie, napięcie nerwowe i drażliwość.

Jesienią odbyłem podróż do Armenii i pracowałem w „Matenadaran” (Repozytorium Rękopisów). Cóż to była za radość chodzić po górach od dwudziestu pięciu do trzydziestu kilometrów dziennie, a potem wracać do domu z pełną gotowością do natychmiastowego powtórzenia występu. Stałem się wolnym człowiekiem, którego natura przyjęła wreszcie na swoje łono. To naprawdę wielkie szczęście, za które jeszcze raz pragnę serdecznie podziękować.

Moskwa, 16 sierpnia 1965. Zdrowie nadal daje mi wszystko satysfakcję, tym bardziej, że mój organizm przeszedł dość poważne próby wysiłku psychicznego i nerwowego (nadciśnienie), a także znaczne zmęczenie fizyczne, jakie towarzyszyło mu podczas górskich wycieczek.

Wkrótce zakończę drugi rok mojego surowego jedzenia. Nigdy więcej nie pomyślę o wycofaniu się z jedzenia surowego. Pytania, które ci zadałem, służą wyłącznie celowi oświecenia i nie mogą tworzyć niczego

Machine Translated by Google

nie masz najmniejszych wątpliwości co do mojej przyszłości. Przede wszystkim dla mnie fizyczne aspekty zagadnienia są mniej istotne niż podstawy duchowe, które zawsze były mocne i niewzruszone.

Olga Kiereńska, 3Frounze St. Moskwa.

***

Ponieważ moje książki nie są łatwo dostępne w Związku Radzieckim, przekonani tamtejsi zjadacze mięsa tłumaczą streszczenia moich publikacji na język rosyjski i rozpowszechniają ich zdublowane kopie wśród swoich przyjaciół. Wiele osób następnie kopiuje te podsumowania od siebie nawzajem.
Oto fragment długiego listu napisanego przez starszą Rosjankę mieszkającą w obwodzie moskiewskim:

Chimki, 25 kwietnia 1965.

Nie umiem tego wyrazić, a raczej nie potrafię znaleźć odpowiednich słów którymi mogę wyrazić Ci moją bezgraniczną wdzięczność. Nie ma na tym świecie nagrody wystarczająco godnej, aby wynagrodzić twoją świętą pracę na rzecz zbawienia ciała i duszy ludzkości, twoje „JEDZENIE SUROWEGO".
Kłaniam się przed Tobą i nie tylko przed Tobą, ale także przed osobą, która przyniosła mi ten cenny przepis na zdrowie, składający się z kilku fragmentów zaczerpniętych z Twojej książki. Osobiście nie miałem szczęścia widzieć Twojej książki. Mój przyjaciel — były nauczyciel —
przepisałam je nie bezpośrednio z Twojej książki, ale z zeszytu swojej przyjaciółki, także byłej nauczycielki, i to właśnie ta pani pisze Ci teraz te wersety, bo mam słaby wzrok. Widzę tylko jednym okiem i to przy pomocy szkła powiększającego, w przeciwnym razie byłbym ci bardzo podziękował wcześniej.

Rozpocząłem praktykę 15 lutego i od tego czasu nie jem gotowanego jedzenia, nawet chleba... 15 sierpnia 1966 skończę dziewięćdziesiąt lat. Jestem bardziej energiczny niż wszyscy moi przyjaciele, o czym świadczą inni też.

Karpovna Maria Iwanowna, ul. Fevralskaya 12, Chimca.

Machine Translated by Google

***

Sundsvall, 12 sierpnia 1965.

Szanowny Panie Hovannessian,

Moja ciocia i jej mąż, oboje lekarze w Erewaniu, z nazwiska Danielian, piszą do mnie, że odnieśli wiele korzyści z Waszych zaleceń i gorąco namawiają, abym przyjęła Waszą metodę odżywiania i leczenia. Dlatego też ze swojej strony zwracam się z prośbą o przesłanie mi egzemplarza pracy pt. „Raw-Eating", za co z góry dziękuję.

Jestem ginekologiem ze Stambułu. Przez ostatnie dwa lata tak mam pracował w szpitalu w Sundsvall w Szwecji. Z wielkim zainteresowaniem i dumą przeczytam Twoją książkę i Twoje instrukcje, z których wiele osób odniosło już tak wiele korzyści.

Dr Shabuh Sedikian, Länslasarette, Sundsvall, Suède.

***

Moskwa, 19 listopada 1966.

Szanowny Panie Aterhov,

Jestem zaskakująco zachwycony jasnością i prostotą Twoich myśli. Czy naprawdę możliwe jest wyjaśnienie tak wielkiego odkrycia w tak prosty sposób? „Och, człowieku! Natura stworzyła i odżywiła Ciebie i Twoje komórki surową żywnością. Dopóki nie jesteś w pełni zaznajomiony z budową i czynnościami funkcjonalnymi tych komórek, nie zakłócaj ich pracy różnymi nienaturalnymi, trującymi substancjami.

Oboje z żoną jesteśmy studentami studiów podyplomowych. Ja jestem fizykiem, a ona lekarzem.

Jesteśmy bardzo zainteresowani Twoją pracą...

Machine Translated by Google

MICHAŁ MINASIAN.

***

Jermook, 6 marca 1966.

Witaj, naukowcu nad naukowcami! Witaj, o nauczycielu ludzkości!

Jestem asystentką lekarza w Uzdrowisku Jermook w Armenia. Od 4 listopada 1965 roku stosuję dietę surową, przekonana Twoją książką. Jestem pewien, że zostanę wyleczony metodą, którą propagujesz. Od 1947 roku cierpiałem na reumatyzm, zapalenie wielostawowe i choroby tętnic wieńcowych. Od 1963 roku mój stan zdrowia uległ dalszemu pogorszeniu na skutek ostrego zapalenia nerek, z którego jedynie częściową ulgę udało mi się uzyskać poprzez jedzenie arbuzów.

Od szóstego dnia jedzenia surowego odczuwałem silne bóle w stawach, które później ustały... Podczas reakcji na surowe jedzenie nie odczuwałem obrzęku stawów, który wcześniej towarzyszył każdemu atakowi zapalenia stawów. Nie cierpiałem też na napady gorączki i puchliny, które pojawiały się zawsze, gdy pogarszał się stan moich nerek. Teraz cieszę się naprawdę zdrowym snem, a moje tętno spadło ze 120-140 do 90-

100 uderzeń na minutę (w warunkach obciążenia). Zniknęły nocne bóle serca, łupież na głowie i pot na stopach. Schudłam już pięć kilogramów i ustąpiły bóle reumatyczne. Czuję się całkiem dobrze, a moje siły stale rosną.

Moja żona i mój sześcioletni syn również zaczynają jeść surowo. Będę wychowywać trzeciego syna – który ma teraz miesiąc – w taki sam sposób, w jaki ty wychowałeś swoją córkę Anahit.

Mój drogi nauczycielu, pracuję jako asystentka lekarza od osiemnaście lat, a teraz, w wieku trzydziestu siedmiu lat, kończę kurs korespondencyjny w Instytucie Pedagogicznym. Jednak to właśnie w Twojej książce znalazłem wreszcie odpowiedzi na wiele pytań

Machine Translated by Google

dręczące mnie od dawna problemy – odpowiedzi, których nie mogłam znaleźć nigdzie indziej. „Jednym z tych problemów jest to, że od pierwszego dnia życia dzieci nie mogą chodzić jak młode innych zwierząt. Obecnie jestem przekonana, że przyczyny tej i wielu innych wad fizjologicznych u dzieci należy szukać w gotowanym żywności spożywanej przez rodziców i przodków.Moim zdaniem po trzech, czterech pokoleniach surowożerców wszystkie te wady zostaną wyeliminowane.

Dr Vachagan Gasparian, Jermuk, Armenia.

***

Moja najstarsza siostra mieszka w Erewaniu. Regularnie wysyłam jej duże paczki książek, które przekazuje ciężko chorym lub przekonanym o jedzeniu mięsa. Oto kilka fragmentów jej licznych listów:

„Mój drogi Arszawirze, wiem, że ten list sprawi Ci wiele przyjemności. Surowe jedzenie postępuje szybko zarówno w Erewaniu, jak i w innych prowincjach. Nie ma dnia, żeby ktoś do mnie nie zadzwonił lub nie odwiedził. Przychodzą po poradę lub o książki. Twoje książki przekazuję naprawdę potrzebującym. Istnieje nieograniczone zapotrzebowanie na książki, które przechodzą z rąk do rąk i wkrótce rozpadają się na strzępy. Bardzo niepokoi mnie Twój zwyczaj wysyłania darmowych książek wszystkim, którzy o to proszą. Jak możesz udźwignąć tak miażdżące wydatki?

Nie możesz zdawać sobie sprawy, ilu pacjentów zostaje wyleczonych dzięki surowemu jedzeniu, a oni są ci naprawdę wdzięczni. Wszyscy tutaj są humanitarystami, tak jak ty. Gdy tylko ktoś odzyska utracone zdrowie, bierze na siebie zadanie wyleczenia chorych bliskich i dzięki temu pięciu lub sześciu kolejnych wraca do zdrowia po poważnych schorzeniach. Potem przychodzą do mnie i opowiadają o swoich przeżyciach.
Osoby, które nie mogły zrobić kroku, teraz są w stanie przejść dziesiątki kilometrów.

Machine Translated by Google

Jeden z tych pacjentów cierpiał na obrzęki rąk
i stopy od dwudziestu lat i ważył nie mniej niż 115 kilogramów.
Po przejściu na dietę surową schudł 10 kilogramów w 20 dni. Jego syn
powiedział: „Mój ojciec, który wcześniej nie mógł poruszać rękami i nogami,
teraz chodzi jak dziecko”. Nieustannie błogosławią ciebie i Anahit.
Inny pacjent cierpiał na zapalenie strun głosowych, które spowodowało
niemal całkowitą utratę głosu. Obecnie powrócił do pełnego zdrowia po
zaledwie półtora miesiąca stosowania surowej diety.
Ponownie młody mężczyzna w wieku 28 lat miał ropienie nerek, któremu
towarzyszyło ogólne opuchnięcie całego ciała. Jego stan był tak poważny,
że porzucono dla niego wszelką nadzieję, ale teraz dzięki surowemu
jedzeniu czuje się całkiem dobrze. Podobnych przypadków jest tak wiele,
że nie sposób o nich wszystkich napisać. Według własnych szacunków w
samym Erewaniu żyje obecnie 2500 osób jedzących surówkę, z których wielu
od dawna było poważnie chorych, ale obecnie cieszy się doskonałym
zdrowiem. Ludzie leczą się z chorób serca, złogów słonych, wysokiego
ciśnienia krwi, wrzodów żołądka, zapalenia nerek, wątroby i pęcherzyka
żółciowego, kamienia nazębnego i wielu innych bardzo poważnych schorzeń.

Sam byłem bardzo chory. Cierpiałem na wysokie ciśnienie krwi z
dzwonieniem w uszach i miałem zapalenie wątroby. Krwawił mi nos dwa,
trzy razy dziennie, czułem się słaby i źle spałem. Moje serce było w tak
złym stanie, że co noc zastanawiałam się, czy jeszcze ujrzę światło
dzienne. Ale teraz śpię tak szybko, że nie słyszę, jak rodzina idzie rano do
pracy. Rzeczywiście, czasami odczuwają niepokój, gdy wstaję za późno,
myśląc, że na pewno jestem chory. Bardzo schudłam i niezależnie od
tego, ile chodzę, nie czuję zmęczenia – ku wielkiemu zdziwieniu wszystkich.

Surowcy utrzymują między sobą przyjazne stosunki. Któregoś
wieczoru zostałem zaproszony do domu Kolozjan. (Pan Colozian jest
malarzem-weteranem w Erewaniu. Historia jego rodziny jest rzeczywiście
bardzo interesująca. On sam cierpiał na chroniczną chorobę wrzodową
żołądka, której towarzyszył krwotok. Odmawiał przyjmowania leków w

Machine Translated by Google

szpitalu, przeszedł na surowe odżywianie i całkowicie wyzdrowiał z choroby. Jego żona miała infekcję grzybiczą (blastomykozę). Po czterech miesiącach surowego jedzenia jej paznokcie zaczęły rosnąć, a kaszel ustąpił. Ich córka wyszła za mąż, ciążę przeszła na surowym jedzeniu i urodziła dziecko bez śladu krwawienia, teraz wychowuje je na surowym odżywianiu.)

Oprócz nich było trzydziestu dwóch całkowicie zjadających surowe mięso czteroosobowa rodzina. Brak mi słów, aby opisać powitanie, jakie od nich otrzymałem. Przygotowali najpiękniejszy i wystawny stół, zastawiony apetycznymi surowymi sałatkami, pięcioma lub sześcioma rodzajami niezwykle pysznych surowych tart, z których jedną nazwali Anahit, specjalnym „pilau" indyjskiej kukurydzy ozdobionym suszonymi owocami namoczonymi w wodzie, oraz wszelkiego rodzaju świeże owoce i orzechy. Na koniec przynieśli pikantne danie składające się z mieszanki pszenicy, owsa, orzechów włoskich i rodzynek.

Gośćmi byli lekarze, artyści, muzycy i wykładowcy. Oni wygłosił kilka przemówień. W końcu okazało się, że była to trzydziesta rocznica ślubu państwa Colozian.

Spora liczba lekarzy stała się żarłokami. Z Uzdrowiska w Jermook przyjechali do mnie młody lekarz z żoną, która również była lekarzem. Powiedzieli mi, że mają czterdziestu do pięćdziesięciu pacjentów dziennie i wszyscy potrzebują twoich książek. Zapewnili mnie, że popyt na pańskie książki może sięgać tysięcy. Lekarz w Spitak wygłosił wykład na temat cholery, na zakończenie którego wspomniał o jedzeniu na surowo i poradził swoim słuchaczom, aby zaopatrzyli się w egzemplarz Pańskiej książki i po uważnym jej przeczytaniu zastosowali zawarte w niej zalecenia w praktyce.

Z Kirovakanu przyszedł do mnie czcigodny lekarz w wieku sześćdziesięciu czterech lat. Opowiedział mi, że był poważnie chory, ale ponad rok temu wraz z żoną przeszedł na surową dietę i dzięki temu odzyskał zdrowie. Poinformował mnie również, że dyrektor Katedry Higieny Żywienia w Erywańskim Instytucie Medycznym, dr A.
Harootiunian* wygłosił wykład w Kirovakan w obecności lekarzy, pacjentów, a przede wszystkim osób jedzących surówkę. Na zakończenie wykładu pt.

Machine Translated by Google

do dyskusji pojawiła się kwestia surowego jedzenia. Pewna liczba osób jedzących surową żywność, które miesiącami leżały w szpitalach bez żadnych rezultatów, a teraz zostały wyleczone dzięki jedzeniu na surowo, zażądała zbadania ich dokumentacji szpitalnej i dokonania odpowiedniego porównania z ich obecnym stanem. Chcieli także wiedzieć, dlaczego mówca publicznie skrytykował jedzenie na surowo, bez zbadania istotnych faktów. Jeden z surowożerców wstał nawet i zapytał lekarza Kirovakana, czy go poznaje. Otrzymawszy negatywną odpowiedź, kontynuował: „Jestem pacjentem, którego przypadek uznałeś za całkowicie beznadziejny i którego wypisałeś ze szpitala, aby umarł w domu. A dzisiaj, dzięki jedzeniu na surowo, jestem w doskonałym zdrowiu. Lekarz stał oszołomiony."

Siranoush Babakhanian, 33 Poushkini, Erywań.

*Ten człowiek (Harootiunian) umieścił wcześniej artykuł w a gazeta o nazwie „Komunista"!! opublikowanych w Erewaniu (1964, nr 1). 17I), w którym nie zaprzeczam całkowicie korzyściom płynącym z jedzenia surowego! Ograniczył jego stosowanie jedynie do nielicznych przypadków niektórych chorób, a jednocześnie wychwalał szkodliwe białka zwierzęce i sztuczne witaminy. Na koniec ostrzegł swoich czytelników, aby bez porady lekarza nie spożywali naturalnych produktów spożywczych. Na te twierdzenia udzieliłem już miażdżącej odpowiedzi w mojej ormiańskiej pracy zatytułowanej „Wzdłuż ścieżek surowego jedzenia".

***

Ta pani jest teściową słynnej ormiańskiej piosenkarki (Ofelia Hambardzumyan), bardzo inteligentna pani, która napisała do mnie dotychczas trzynaście listów, wymienię niektóre z nich w następujący sposób:

20 listopada 1966:

Szanowny Panie Hovannessian,

„Prawie dwa miesiące temu przeczytałem Twoją książkę o jedzeniu na surowo, pożyczoną mi na jeden dzień, z takim podekscytowaniem, entuzjazmem i smakiem, słowo w słowo, że pióro nie jest w stanie i nie jest w stanie opisać. W przeszłości Byłem na ślepo

Machine Translated by Google

pędząc ku śmierci, ze piętnem fałszywego ciała na twarzy przez wiele lat. Ale zniknął wcześnie po jedzeniu na surowo.

Nie skończyłem jeszcze czytać Twojej mistrzowskiej książki, kiedy wszystkie ugotowane jedzenie, butelki i kapsułki z lekarstwami, które nigdy nie były ode mnie oddzielane, wysłałem do kosza. To były moje 61. urodziny, kiedy przyjęłam od Ciebie ten prezent i zdecydowałam się zostać surową weganką. Nigdy nie zapomnę tego dnia; Łatwo się domyślić, jakie zmiany zaszły w moim zniszczonym ciele. Przez ostatnie lata, pod presją różnych chorób, miałem niespokojne życie. Szczególnie dusząca choroba ćwiartki i nieznośna rwa kulszowa odebrały mi sen. Po uwolnieniu z okrutnego uścisku chorób stałem się osobą aktywną, silną i tęgą, biegałem całymi dniami jak jeleń. Nie znajduję słów, żeby wyrazić moją wdzięczność; O geniuszu nad geniuszami, mój drogi przyjacielu...

Proszę przyjąć pozdrowienia od dalekiej przyjaciółki, która jest dumna, że jest już ostatnia imię jest takie samo jak twoje (Ter Hovannessian). Teraz nie mogę znieść, jak ludzie wprowadzają do swoich ciał toksyczne substancje? Cierpię, gdy wspominam, jak przez niewiedzę zapraszałam do domu swoich bliskich i własnoręcznie podawałam im przygotowane potrawy.

Przed jedzeniem na surowo bicie serca informowało mnie o udarze, który moim zdaniem był uważany za przyjemną i łatwą śmierć, Ale teraz chcę żyć, żeby na własne oczy przeczytać i usłyszeć na własne uszy, że nazwisko mojego brata widnieje na liście języki całego świata. Twoja praca jest mądra, ugotowane jedzenie musi zostać obalone, zwycięstwo przyjdzie do ciebie.

2 sierpnia 1967:

„Posyłam teraz całkowicie zdrowego i zamożnego, jak prawdziwy człowiek ty mój trzeci list. Odczuć mojego serca jest tak wiele, że nie jestem w stanie ich zapisać na papierze; Moje obecne zdrowie zawdzięczam Tobie, Zbawicielu ludzkości, mój drogi bracie, czy mogę nazywać Cię moim bratem?

Kiedy nie otrzymałem od Ciebie odpowiedzi na moje dwa poprzednie listy, pożyczyłem od znajomych Twoją dużą księgę i przepisałem wszystko w trzech grubych zeszytach. Teraz ten egzemplarz przechodzi z rąk do rąk. Później dowiedziałem się, że wysyłaliście książki i listy, ale do mnie nie docierały.

Tutaj liczba wyznawców surowego weganizmu rośnie z dnia na dzień dzień; Są wśród nich także lekarze. Większość z nich przychodzi do mnie po

Machine Translated by Google

kilka pytań, promuję surową żywność; Robię ciasta, chałwę, sałatki i surowy dolmeh i pokazuję je ludziom, drukuję ich instrukcje i rozdaję je ludziom, piszę twoje imię na ciastach z rodzynkami; Kupiłem jeden z tych ciast dla twojej siostry. Płakała, przytuliła mnie i powiedziała: „Od dzisiaj jesteśmy dwiema siostrami. Drzwi mojego domu są zawsze dla Was otwarte”. Dała mi drugi tom twojej książki.

Często spotykam się z Twoją siostrą, czytam Twoje listy i dokumenty, przeglądam zdjęcia, z wielkim współczuciem patrzyłem na zdjęcia dwójki Waszych dzieci, które zostały zmarnowane przez „wzmacniającą” żywność i „skuteczne” leki; Złożono ich w ofierze, ale zamiast tego dzisiaj tysiące ludzi zostaje uratowanych od pewnych śmierci i przesyłają pozdrowienia w ich pamięci. Wielcy geniusze w przeszłości pozostawili swoje dzieło niedokończone z powodu tego rodzaju żywności i leków i zginęli... i tylko ty ujawniłeś ten sekret. Niech zamilknie język, który ośmiela się zaprzeczać tym faktom.

Teraz pozwólcie, że opowiem trochę o sobie. Myślę, że to byłoby interesujące żebyś wiedział, jaki byłem, zanim zacząłem jeść surowe jedzenie, i jaki jestem teraz. Miałem siedemnaście lat, kiedy poczułem silny ból po prawej stronie pleców. Lekarze nie potrafili zrozumieć przyczyny i jedynie sprawiali, że czułam się niekomfortowo za pomocą leków i masaży. Po sześciu latach w końcu zabrano mnie do szpitala, gdzie umierałam. Okazało się, że moja prawa nerka jest pełna kamieni i ropy. Profesor, który operował moją nerkę, był człowiekiem intelektualnym, który gdyby żył, podpisałby Pańskie odkrycia obiema rękami; Opowiadał mi, że lekarze przez masaże i szkodliwe leki zjedli połowę nerki, i się roześmiał. Kazał mi na zawsze zapomnieć o jedzeniu mięsa, jajek, pikli, wód mineralnych i słonych potraw i jeść więcej warzyw i owoców.

Trzymałem się tej kolejności przez dwa, trzy lata, kiedy poczułem się lepiej, znowu zacząłem jeść wszystko. Stopniowo mój apetyt wzrastał, a moja waga rosła z dnia na dzień; Podobnie jak inni myślałem, że to oznaka zdrowia, ale okazało się, że jest odwrotnie. Najpierw zaczął się silny ból głowy, potem spuchły mi nogi i w wieku czterdziestu czterech lat sztuczne zęby zastąpiono naturalnymi. Moja masa ciała osiągnęła osiemdziesiąt dwa kilogramy; Otaczały mnie duszności, chroniczny kaszel, kołatanie serca i kwaśny żołądek. Później pojawiło się wole, które

Machine Translated by Google

otoczył moją szyję jak twarde jajko. Lekarze chcieli operować, ale odmówiłam. Następnie rwa kulszowa, miażdżyca, ciśnienie krwi, hemoroidy, dna moczanowa itp. osłabiły całe moje ciało do tego stopnia, że nie mogłem chodzić.

Mój pokój był jak apteka z tabletkami aspiryny, piramidenami, valocardinem, milocardinem, analginem, beloidem, kapodiazytem i innymi truciznami, które stanowiły połowę mojego jedzenia. Byłam zawiedziona lekarzami, a ponieważ wszyscy mówili, że te objawy są związane z wiekiem, myślałam, że nadszedł koniec mojego życia. Byłem zmęczony tym światem i chciałem tylko, żeby zwykły udar zakończył te upokorzenia. Nigdy nie przyszło mi do głowy, że może wydarzyć się cud i ocalić mnie od tego koszmaru. Ale to jest połączone. Teraz siedemnastokilogramowy diabeł zniknął (pisarka listu zapomina, że w jej pierwotnym ciele zgromadziło się siedemnaście kilogramów świeżych i zdrowych komórek podczas tego okresu surowego jedzenia, to znaczy, że diabeł nie miał siedemnastu kilogramów, ale trzydziestu czterech kilogramów, a może i więcej) i idę z jednego końca miasta na drugi koniec miasta z rzeczywistą wagą sześćdziesięciu czterech kilogramów i wspinam się po 132 schodach fabryki koniaku z ciężkim bagażem do córki mojej siostry, która jest tam w klinice i dlatego, że pracownicy i tamtejsi lekarze doskonale znają mój wcześniejszy stan, są zaskoczeni. Zwłaszcza, gdy mierzą mi ciśnienie i widzą trzynaście zamiast dziewiętnastu. To sprawi, że zmienią zdanie i faktycznie zwycięży prawda. Przygotowuję w domu pyszne surowe wegańskie jedzenie, zanoszę je do nich, jedzą i mówię: „Hovannessian rozsyła swoje książki całemu światu za darmo. Ja też traktuję ludzi surowym jedzeniem, jedz tyle, ile chcesz". Żyję w tym szczęściu już od dziesięciu miesięcy...

Chcę powiedzieć kilka słów o moim detoksie. Ból moich chorób był tak intensywny, że nie czułam pierwszych reakcji detoksykacji, jedynie im więcej jadłam, tym bardziej nie mogłam się nasycić. Po lewej stronie ciała pojawiła się czerwona wysypka, która również była bolesna, ale szybko ustąpiła. Skóra w niektórych miejscach wysuszyła się, swędziła, pojawił się łupież i było lepiej; Kolor mojego moczu był czasami jaskrawoczerwony, a czasami biały i gęsty, ale teraz jest przezroczysty jak woda. Miałem kilka silnych bólów głowy, które same ustępowały. Od pierwszego dnia surowej żywności zapomniałam, że na tym świecie jest lekarstwo. Nie mogę w to uwierzyć

Machine Translated by Google

moje siwe włosy stały się teraz siwe i odzyskują swój pierwotny kolor.”

List nr 12 – 7 maja 1971 r

„Mam tyle wiadomości, że nie wiem, od czego zacząć, a na czym zakończyć. Któregoś dnia poszłam do szpitala w sprawach administracyjnych, zobaczyłam lekarkę trzymającą w ręku Twoją książkę, gromadzącą wokół siebie kilku innych lekarzy i entuzjastycznie wyjaśniając, w jaki sposób surowy weganizm uratował jej szwagra przed poważną chorobą nerek. Następnie powiedziała: „List teściowej Ofelii Hambarsoumian znajduje się także w tej książce”. Wygląda na to, że tak nie było. Nie znam mnie. Spojrzałem na książkę i zobaczyłem, że była to kserokopia tej samej książki, którą podpisałem i dałem innym. Ponieważ Twoja książka jest bardzo rzadka, zostanie ona skopiowana, aby więcej osób mogło z niej skorzystać. Kiedy to się stanie lekarz mnie rozpoznał, poprosiła żebym pewnego dnia poszła do pacjenta.Poszłam w ustalonym dniu.
Były pacjent imieniem Ozonian, obecnie całkowicie zdrowy, zorganizował wystawne przyjęcie; On jest weterynarzem, jego żona jest lekarzem, jego brat jest profesorem uniwersyteckim, jego żona jest także lekarzem, zebrało się kilku dziennikarzy i kilku nowych miłośników surowego jedzenia. Doktor Abajian z Kirovakan wszedł z kilkoma nowymi zwolennikami jedzenia surowego mięsa.

Ozonian napisał list na Twój stary adres rok temu, kiedy był poważnie chory, ale myślę, że do Ciebie nie dotarł. Ten list jest na tyle interesujący i cenny, że go kopiuję i przesyłam do Ciebie. Jak widać w liście, rok temu był tak chory, że się nim rozczarowali, ale teraz wykonuje swoją pracę w pełnym zdrowiu; List Ozonian:

„Nie wiem w jakim języku wyrazić swoje zdziwienie i szacunek dla Pana, który jest największym filantropem i największym naukowcem naszych czasów. Choć przez chorobę nerek jestem tak słaby, że nie jestem w stanie pisać kilka słów nawet do najbliższych, ale piszę do Ciebie z całą radością. Jesteś jedyną osobą na świecie, do której mogę pisać, ale nie mogę nie pisać. Mój brat przyniósł Twoją książkę i nalegał, żeby Przeczytałam, usiadłam w łóżku, żeby go nie urazić i niechętnie zaczęłam czytać książkę wyrwaną od nadmiaru czytania; Ale nie mogłam zrezygnować z tej czarującej książki,

Machine Translated by Google

bo jego ostry i namiętny język oraz Twoje głębokie i żelazne myśli oczarowały całą moją istotę. To tragiczna śmierć tych dzieci zesłała Was do ukrytych piwnic naukowego oceanu w poszukiwaniu prawdy. Głęboki smutek spowodował, że stałeś się słońcem biologii. Za to ludzkość jest wdzięczna dwojgu Waszych dzieci, a ich imiona na zawsze pozostaną w pamięci narodów. Po przeczytaniu Twojej książki od razu poszłam na żywioł i nie czekając na efekt uzdrowienia, wyrażam swoją wdzięczność. Ponieważ byłem pewien prawdziwości Twoich twierdzeń; Ponieważ jestem weterynarzem i bardzo dobrze znam biologię, mogłem lepiej zrozumieć wielkość Twoich słów. Wszystkie idee nauk biologicznych, które przez dziesięciolecia były głęboko zakorzenione w moim mózgu, zmieniły się w ciągu jednego dnia. Jestem pewien, że przyszłość ukłoni się przed Waszą wielkością, ponieważ nigdy nie ukryto żadnego wielkiego odkrycia. Mam 40 lat. Mam przewlekłe zapalenie nerek, mój stan jest bardzo poważny. Mój poziom azotu we krwi wynosi 65-90 i nie spada.

Leżę w łóżku i po prostu oddycham za ciebie, jestem pewien, że wszystko będzie dobrze. Będę wdzięczny mojej matce za to, że mnie urodziła, i będę wdzięczny Tobie za kontynuację mojego życia na zawsze...”

Kolejna ciekawa wiadomość: jeden z dziennikarzy magazynu „Science & Life” przyjechał do Erewania z Moskwy, aby prowadzić badania nad rozwojem istot żywych.

Kilku lekarzy i doświadczonych osób jedzących surówkę zebrało się w domu reportera jedzącego surówkę, a on napisał raport. Szukał mnie i 15 listopada 1971 roku list nr 13 (napisałem szczegółowy list do redakcji gazety „Awangard”) najwyraźniej odniósł skutek, gdyż telefonicznie poinformowano mnie, że specjalista chorób przewodu pokarmowego systemu, profesor Jivan Shmavonyan , chciał spotkać się ze mną i kilkoma innymi zjadaczami surowego mięsa. Cóż mogłem zrobić, jak nie urządzić imprezy dla aktywnych zjadaczy surowego mięsa. Kilka dni przed imprezą wzięłam urlop w biurze i bez skrępowania próbowałam nakryć stół, który byłby nowością także dla żywiożerców.

Surowy chleb, biszkopty, basaq, a także różne surowe dżemy z liści kwiatów, pestek granatu, nawet z zielonych orzechów włoskich, które robię co roku na wiosnę, a także z różnymi sałatkami, udekorowałam

Machine Translated by Google

trzy duże stoły tak bardzo, że trudno powiedzieć. Przez jakiś czas nikt nie odważył się dotknąć trzech wielkich tortów, na których błyszczy Twoje imię. W końcu go wyciąłem i zagrałem. Stół jęczał od ciężaru owoców i soku owocowego!

Siostra Aterhova (Siranush BabaKhanian) widoczna jest pośrodku, po jej lewej stronie profesor Shmavonyan, a za nią stoi Haikanush Ter Hovannessian.

Spotkanie zaplanowano na 24 października 1971 r. o godzinie 16:00. Dwie godziny wcześniej posłałem po twoją siostrę, aby pierwsi przybysze uścisnęli jej dłonie jako twojemu przedstawicielowi. Przede wszystkim sam szanowny profesor wszedł i uścisnął mi obie dłonie z uśmiechniętą twarzą i z wielkim szacunkiem przyjął pańską siostrę. Po chwili wszyscy surowożercy byli lekarzami, profesorami uniwersyteckimi, dziennikarzami, nauczycielami itp., jednocześnie weszło około czterdziestu pięciu osób. Byłam w szoku, właśnie wtedy swoim samochodem przyjechał doktor Abajian z czterema zwinnymi i wesołymi paniami z Kirovakan; Najpierw opowiedział o swoich chorobach i przesłał Ci podziękowania za pozbycie się tych chorób oraz życzył wszystkiego najlepszego dla Ciebie i Twojego zdrowia.

Następnie wszyscy żywiciele jeden po drugim wygłosili przemówienie i szczegółowo opowiedzieli o przebytych chorobach i obecnym stanie zdrowia. Profesor siedział spokojnie, słuchając uważnie i robiąc notatki w swoim notatniku. Większość gości go nie znała, kiedy wstał i przedstawił się po skończeniu raportów żywych zjadaczy,

Machine Translated by Google

wszyscy usiedli i zaczęli w milczeniu słuchać. Zaczął powoli opowiadać o swoich zamiarach i planach.

Jeden z profesorów uniwersytetu czyta list Hovannessiana. Doktor Abajian siedzi po jego lewej stronie.

Powiedział: „Hovannessian faktycznie wykonał świetną robotę. Historia pokazuje, że najsłynniejsi naukowcy wywodzili się od zwykłych ludzi; Choć Hovannessian nie jest lekarzem, to swoim odkryciem stoi ponad lekarzami i ma prawo być naukowcem. Choć ma wrogów, ale prawda jest taka, że wygrywa. Wszyscy powiedzieliście, zacytowaliście, ale te słowa pozostają z wami. Należy zorganizować populację, zrobić statystyki wszystkich żywiących się, ustalić, na jakie choroby cierpieli w przeszłości i jaki jest obecnie ich stan, i dostarczyć nam te dokumenty. Zgodnie z jego propozycją wybrano komisję złożoną z 15 osób, i moje nazwisko też było w nim zarejestrowane. Postanowiliśmy organizować takie spotkania raz na trzy miesiące.

Profesor powiedział, że myślał o założeniu sanatorium surowo-wegańskiego, była też mowa o założeniu restauracji surowo-wegańskiej. Na zakończenie, na prośbę profesora, przekazałem kserokopie Pańskich listów, listu rządu indyjskiego,

Machine Translated by Google

list, który napisałem do „Awangardy” oraz list Ozoniana i Makariana. Z wielką przyjemnością zjadał wszystkie sałatki i inne dania i pytał, jak je przygotować. Rozdałem gościom dziesięć egzemplarzy formularzy do sałatek, które miałem. To nie jest jedna z wersji, które Ci wysłałem, ta jest fabrycznie nowa i kompletna.

Spotkanie trwało od 16:00 do 21:00. Wychodząc, profesor dał mi jedną ze swoich kart, a drugą Siranoushowi i poprosił, żebyśmy zawsze byli z nim w kontakcie. Powiedział do Siranousha: „Naprawdę chciałbym zobaczyć się z twoim bratem, naradzić się i wspólnie przygotować skuteczny plan szybkiego dotarcia do celu. Trudno jest uzyskać pozwolenie na wyjazd za granicę. Napisz do swojego brata, może wykorzysta swoje wpływy przygotować zaproszenie”

Adres profesora: Jivan Mambre Shmavonyan, Papazian No. 17, Erewan.”

Haikanoush Ter Hovannessian, 10 Alaverdian St. Erewan.

List od rządu Indii:

Indyjski serwis informacyjny - TS Kanwar

Teheran, 4 stycznia 1971, Ambasada Indii. współpracownik prasowy

„Jak nam powiedziano, opublikowałeś książkę pod tytułem „Jedzenie na surowo”. Możesz poinformować, że rząd Indii powołał komitet decyzyjny ds. Nature Cure, który prowadzi badania nad postępem i rozwojem Nature Cure.
Twoja książka została przekazana tej komisji, która ją uznaje i uważa, że byłaby to dobra praca. Dlatego Ministerstwo Zdrowia i Planowania Rodziny Indii rozważa sprzedaż tej ogromnej książki tanio (tylko pięć rupii) w celu jej dystrybucji. Nie będą czerpać zysków ze sprzedaży tej publikacji.

Bylibyśmy bardzo wdzięczni, gdyby zechcieli Państwo wyrazić na to zgodę rząd Indii o opublikowanie tej książki w języku angielskim i pozostałych dwunastu językach lokalnych.

Prosimy również o informację, czy ta książka została zaktualizowana od czasu Wydanie z 1967 r. A może chcesz to zmodyfikować w najbliższej przyszłości?

Machine Translated by Google

Dlatego będziemy wdzięczni, jeśli otrzymamy niezbędne pozwolenie na publikację tej książki w Indiach”.

TS Kanwar.

Jest to najaktywniejsza instytucja zdrowotna w Indiach, założona w 1964 roku przez Mahatmę Gandhiego. Regularnie rozprowadzają moje książki i biuletyny w Indiach. Instytucja ta zapoznała Ministerstwo Zdrowia Indii z moją książką. Oto fragmenty listów, które napisał do mnie dyrektor tej instytucji:

„Czytałam o Was pięć lat temu w British Vegetarian Magazine, któremu nie poświęciłam zbyt wiele uwagi i prawie zapomniałam. Do zeszłego miesiąca meksykańska pani, która prowadzi tam sanatorium, przebywała u nas przez trzy tygodnie i bardzo ciepło wypowiadała się o surowa żywność. Od tamtej pory niecierpliwie próbuję się z Tobą skontaktować i zamówić książkę, ale jak mogę znaleźć Twój adres? Ale kilka dni temu zgłosiły się do nas dwie osoby, które od pięciu lat są na surowej żywności i przekazały mi Twoje Adres ten instytut został założony przez Gandhiego i miałem szczęście pracować tam przez dziesięć lat w ostatnich latach jego życia.

NATURE CURE CENTRUM, Uruli-Kanchan, Indie

Prezes Izraelskiego Towarzystwa Wegańskiego, redaktor naczelny „Nature and Zdrowie”:

„Dziękujemy bardzo za przesłane biuletyny. Staramy się je otrzymywać dla tych, którzy chcą z nich najbardziej korzystać. Sprzedaliśmy już sto tomów Twoich książek; W małym kraju, w którym większość społeczeństwa nie zna angielskiego, sprzedaż tak wielu książek jest naprawdę wielkim sukcesem. Przesyłam Państwu okładkę magazynu „Natura i Zdrowie” (TEVA UBRIUT), w której wydrukowano także piękne zdjęcie sześcioletniej Anahit. Teraz przygotowuję do druku artykuł ze zdjęciem dwunastoletniej Anahit.”

Jaacov Grabois, 10 Hateyna St. Nevey Oz. Izrael

Ten lekarz jest prezesem Brytyjskiego Towarzystwa Wegetariańskiego, który ma praktykę w Londynie i po przeczytaniu mojej książki tak właśnie było

Machine Translated by Google

przekonuje i podaje swój adres swoim pacjentom oraz przepisuje książkę o surowym jedzeniu. Świadczy o tym następujący list:

„Czytałem twoją książkę o surowej żywności. Doktor Lato przepisał mi dietę surową, aby wyleczyć mojego raka. Podał mi twój adres, abym mógł zamówić w niej książkę. Wyślę pocztą dziesięć dolarów i proszę o przesłanie mi trzech książek i sześć biuletynów."

Pani Campbell Moodie, 31 Linden Garden, Londyn, W. 2

Pani VERA STANLEY ADER:

„Drogi wspaniały przyjacielu, dwukrotnie uważnie przeczytałem twoją książkę i poczułem to ta książka zapoczątkuje nową erę dla ludzkości. Bardzo konieczne jest udostępnienie tej książki ludziom, aby w końcu na świecie zapanowała powszechna wibracja. Jesteś geniuszem, który potrafił rozpoznać prostą i doskonałą prawdę i wytłumaczyć ją lepiej niż wszyscy dietetycy, których książki do tej pory przeczytałem.

Od lat podkreślam ludziom, że człowiek jest frutarianinem i w ten sposób zostaną rozwiązane problemy świata i stworzony zostanie złoty świat. Twoje motto („nie gotuj") eliminuje wszystkie powody, środki, umiary za pomocą prostego i podstawowego porządku. Wyeliminujesz statystyki i tym podobne, które były dotychczas omawiane, a w ich miejsce zapewnisz ludziom prawdziwe zdrowie i szczęście.
Twoje odkrycie, podobnie jak odkrycie elektryczności, jest dziełem geniusza i być może ludzie, którzy Cię rozumieją, również są geniuszami.

Zrobię wszystko, co w mojej mocy, aby Twoja książka stała się sławna; Obecnie redaguję książkę, piszę kolejną i prowadzę wykłady. Dni są za krótkie, żeby robić takie rzeczy. Teraz sytuacja na świecie jest krytyczna, ale mój mąż i ja jesteśmy podbudowani świadomością, że Ty, Twoja praca i Twój sukces nadal są na tym świecie. Proszę przyjąć do wiadomości, że jesteśmy bardzo blisko Państwa.

Przesyłam Ci jedną z moich książek. „Od lat jesteśmy weganami, nie palimy i nie pijemy alkoholu, a teraz ja i mój mąż stosujemy Waszą metodę".

«WORLD UNION FELLOWSHIP» 8 First Avenue, Londyn.

Machine Translated by Google

ISTOTA ZDROWIA» Najwyższe Wydawnictwa Prawa Zdrowotnego i Życia:

29 kwietnia 1968:

„Otrzymałem waszą książkę. Uważam, że jest ona nie tylko doskonała, ale ale idealnie pasuje do moich myśli, działań i pism. Obecnie wydajemy magazyn „ESENCJA ZDROWIA". Oprócz publikacji tego magazynu i moich osobistych książek chcę sprzedawać książki zagraniczne, które wskazują ludziom właściwą drogę. W tym celu mam pewność, że Twoja książka znajdzie się w gronie moich książek, dlatego proszę o informację o warunkach rabatu hurtowego."

24 maja 1968:

„Z przyjemnością wyślę Ci czek na kwotę 82,5 dolara na pięćdziesiąt tomów książek o surowej żywności. Jeśli zechcą Państwo przekazać nam prawa do wydrukowania tej książki, chętnie ją przyjmiemy. Mamy wszystkie narzędzia, aby ją opublikować".

Box 2821, Durban, Republika Południowej Afryki.

MISJA PUBLICZNA DAULAT RAM:

„Będziesz zaskoczony otrzymaniem tego listu; uwierz mi, po obejrzeniu Twojej książki wszyscy członkowie zarządu tego instytutu byli nie tylko głęboko poruszeni, ale także całkowicie przekonani, że tylko surowa żywność może uratować ludność przed wszystkich chorób. Nasza społeczność jest organizacją charytatywną. Zdecydowaliśmy się wdrożyć ruch na rzecz surowej żywności w Indiach. Jeśli pozwolisz nam wydrukować Twoją książkę w języku angielskim i lokalnych językach, w pierwszej kolejności rozdamy dziesięć tysięcy egzemplarzy za darmo. skontaktujcie się także z Ministerstwem Zdrowia, aby w swoich działaniach również uwzględnili tę kwestię.Postanowiliśmy udowadniać prawdę także w szpitalach.

Wiemy, że wasza filozofia ma swoich przeciwników ze względu na osobiste interesy, ale w kraju takim jak Indie, gdzie większość populacji jest biedna i głodna, surowa żywność znajdzie odpowiedni grunt i spowoduje, że miliony ludzi, którzy w wyniku Gotowane jedzenie, nawyki i złe zwyczaje ucierpią, bądź zbawiony. „Później, kiedy będzie twoja książka

Machine Translated by Google

opublikowana i wynik zostanie osiągnięty, wyślemy zaproszenie do przyjazdu do Indii z rodziną i zobaczenia rezultatu na własne oczy”.

Krishan Mohan, wiceprezes. 17- B, Asaf Ali Rd. NoweDelhi

Po otrzymaniu listu z ambasady Indii postanowiłem spróbować jeszcze raz i poinformować władze naszego kraju o tym zwycięstwie. Najpierw napisałem następujący list do Mohamada Rezy Shaha Pahlaviego i załączyłem do Biura Cesarskiego tom książek perskich, angielskich i ormiańskich.
Litera:

„Z dumą przekazuję Państwu niezwykle radosną wiadomość, którą na początku może trudno sobie wyobrazić.

W wyniku moich trzydziestoletnich wysiłków, badań, badań i doświadczeń, dzisiaj zostało definitywnie udowodnione, że przyczyną wszystkich chorób jest spożywanie gotowanej żywności, chemikaliów i innych martwych substancji, które ludzie nieświadomie wprowadzają do swojego organizmu. Przekonałam się o tym, gdy straciłam dwójkę moich ukochanych dzieci, jedno w wieku dziesięciu lat, a drugie w wieku czternastu lat, w wyniku przepisywania przez znanych lekarzy „skutecznych” leków i „wzmacniających” pokarmów. Szczegółowa książka, którą napisałem w języku ormiańskim, została wydrukowana i opublikowana w 1960 r., a następnie, aby poinformować moje perskie rodaczki/mężczyzn w 1963 r., tymczasowo opublikowałem małą broszurę w języku perskim, której kopię przedstawiłem w tym samym czasie. Wspomnianą książkę zauważył pan Pahlbod, Minister Kultury i Sztuki. Zadzwonił do mnie i po kilku spotkania Abbas Nafisi, Sekretarz Generalny Red Lion i Sun. Panom dr Abbasowi Nafisi i doktorowi Abolqasemowi Nafisi, ordynatorowi szpitala położniczego Khaje Nouri, spodobały się moje pomysły i opinie oraz obiecali wszelką pomoc i współpracę; W celu wstępnego dochodzenia w sprawie surowej żywności zaprowadzono mnie do sierocińca Nemooneh, żłobka numer jeden i szpitala dziecięcego Bahrami. Niestety napotkałem tam pewne trudności, gdyż trzeba było oddzielić część lekarzy i pracowników od starych, błędnych idei i zaznajomić ich myśli z nowymi pomysłami, dlatego w związku z odłożeniem pracy moje wysiłki pozostały bezowocne i chwilowo porzuciłem pogoń za materia. Oczywiście ze świetnym

Machine Translated by Google

żałuję, tym bardziej, że bacznie obserwowałam szkodliwe skutki ich złych nawyków żywieniowych.

W zasadzie dyrektorzy wymienionych instytucji, a także wszyscy lekarze nie zwracali uwagi na rzeczywiste skutki martwej żywności i karmili wszystkich pacjentów jedynie gotowaną i nieżywą żywnością, podobnie jak restauracje, które powodują choroby w 100%. Po niepowodzeniu we własnym kraju, postanowiłem przekazać swoje pomysły naukowcom z innych krajów, aby być może w ten sposób udało mi się uzyskać ważne i niezaprzeczalne dowody na realizację mojego planu w mojej ojczyźnie. Teraz, gdy nadszedł ten czas, czuję, że moim świętym obowiązkiem jest przekazanie tej ważnej informacji wam, którzy pokazali światu swoje zamiary w postaci białej rewolucji szacha i ludzi.

Moja książka po angielsku została po raz pierwszy wydrukowana i opublikowana w 1963 roku i została sprzedana. Następnie w 1965 roku opublikowałem drugą książkę w języku ormiańskim, a dwa lata później tę samą książkę przetłumaczyłem na język angielski, przesyłając każdą z nich do Państwa. Wysłałem dziesięć tysięcy tomów tych książek i około pół miliona bezpłatnych ulotek do polityków obcych krajów, do gazet, instytucji, uniwersytetów itp. Za pomocą moich osobistych środków i środków. W tym roku ponownie wydrukowałem dziesięć tysięcy broszur w języku ormiańskim, aby bezpłatnie rozdawać ludziom. Efektem tych działań było to, że dzisiaj w krajach świata, zwłaszcza w Ameryce, Indiach i Armenii, są setki tysięcy ludzi będących na diecie Raw-Vegan, większość z nich to pacjenci rozczarowani lekarzami, a obecnie kontynuują życie w doskonałym zdrowiu. Otrzymuję od nich tysiące listów z podziękowaniami. Prawie wszyscy weganie, lekarze naturopaci i inne postępowe instytucje zdrowotne rozpowszechniają moje książki i ulotki oraz rozpoczynają obszerne reklamy na temat surowego weganizmu; Publikują moje ogłoszenia w swoich gazetach, budują sanatoria dla surowego weganizmu. W Meksyku zostaje założony sierociniec zajmujący się surową żywnością. Moja książka jest tłumaczona na język hiszpański w Argentynie i na hindi w Delhi i jest obecnie drukowana. BBC zaprezentowało moją książkę w telewizji i przeczytało ludziom jej fragmenty; Lekarze filantropijni w Europie, Ameryce itp. przekazują mój adres „nieuleczalnym” pacjentom i zalecają przec

Machine Translated by Google

Książka o jedzeniu na surowo. Biolodzy z Akademii Erywańskiej bronią i wspierają moje poglądy na łamach miesięcznika „Science & Technics”.

Odkąd dziesięć lat temu ukazała się moja wielka książka w języku ormiańskim, wzrosła liczba osób jedzących surówkę w Erewaniu. Nawiązują ze sobą relacje, organizują przyjęcia i uroczystości oparte na surowym jedzeniu. Wśród tych zjadaczy surowej żywności widać także wielu lekarzy; Kierownik i profesor wydziału żywienia Uniwersytetu w Erewaniu organizuje wykłady na temat surowego odżywiania, podczas których swoje sprawozdania składają ludzie, którzy zostali uratowani przed ciężkimi chorobami.

Na przykład lekarka, która cierpiała na paraliż i była nie mogąc się poruszać przez cztery lata, wstał po czternastu miesiącach surowego jedzenia i obecnie cieszy się doskonałym zdrowiem. Inny ciekawy przykład: jeden z moich krewnych, dwudziestoośmioletni młody mężczyzna, cierpiał na osłabienie nerwów i z trudem poruszał rękami i nogami; Nie zwracał uwagi na moje bezpłatne instrukcje, trzykrotnie podróżował po Europie i wydał ponad milion riali, aż w końcu otrzymał w Lozannie książkę o surowym jedzeniu od znanego neurologa, który przeczytał moją książkę i poznał prawdę. Wrócił do Teheranu.

W odpowiednich aktach znajdują się tysiące podobnych dokumentów, a ja Jestem gotowy przedstawić je dowolnej wyznaczonej osobie. Przecież największym sukcesem, jaki odniosłem ostatnio, jest to, że rząd Indii oficjalnie uznał moją książkę za przydatną i zdecydował się ją opublikować oraz polecić jej lekturę mieszkańcom Indii, aby mogli postępować zgodnie z instrukcjami zawartymi w książce . i ocal się od chorób, biedy i głodu.

Dziś zdecydowanie udowodniono, że ci, którzy unikają konsumpcji gotowanej żywności, trujących leków i innych martwych substancji jest wolna od wszelkich chorób, zarówno lekkich, jak i ciężkich, takich jak zawały serca, nowotwory, cukrzyca, choroby zakaźne, przeziębienia. itp. są zapisane. Z dostępnych dokumentów wynika, że wraz z otwieraniem nowych szpitali liczba chorych wzrasta proporcjonalnie; Ponieważ szpitale, apteki i kuchnie są źródłem ognisk chorób; Nie ma zatem potrzeby budowy nowych szpitali, należy jednak stworzyć warunki, aby szpitale pozostały bez pacjentów i były jeden po drugim zamykane, a

Machine Translated by Google

Warunek ten polega jedynie na zmianie sposobu, w jaki ludzie jedzą. Wbrew temu, co niektórzy myślą, jest to bardzo łatwe.

Jak zdecydował rząd Indii, po pierwsze należy zalecić narodowi przeczytanie księgi surowej żywności, a po drugie należy oficjalnie ogłosić, że gotowanie jest czynnością nienaturalną i nieistotną. Należy ograniczyć fałszywe i wprowadzające w błąd reklamy martwej żywności, trujących leków i chemicznych witamin.
Zamiast rozprowadzać wśród rolników trujące leki, funkcjonariusze Korpusu Zdrowia mogą ich nauczyć, jak wyhodować żywe warzywa. i kiełków pszenicy, przygotować pyszne i tanie zdrowe jedzenie, czyli jak człowiek może w pełni zaspokoić swój organizm dwoma rialami żywej pszenicy, dwoma rialami daktyli i dwoma rialami warzyw i żyć bez chorób.
Za pośrednictwem prasy, radia i telewizji można ostrzegać i przepisywać narodowi zmiany w nawykach żywieniowych, przygotowywanie żywej i naprawdę orzeźwiającej żywności naturalnej; Szpitale można stopniowo przekształcać w sanatoria; Sposób żywienia żłobków, domów dziecka i szpitali powinien stopniowo stać się obowiązkowym surowo-wegańskim. W rezultacie ludzie przenoszą te sanatoria do swoich domów i stają się swoimi własnymi lekarzami. Wkrótce szpitale będą puste i będą zamykane jeden po drugim. Konsumpcja wszelkiego rodzaju tytoniu, napojów, mięsa, ryb i innych szkodliwych substancji będzie stopniowo spadać.

Migdały, pistacje, daktyle, rodzynki i inne cenne artykuły spożywcze oraz wiele innych owoców i warzyw są eksportowane do innych krajów po najniższych cenach, należy to powstrzymać i nie należy prowadzić eksportu. Zatem uprawiana tutaj żywność będzie konsumowana przez naszych własnych ludzi, w wyniku czego podniesie się poziom życia ludzi, a ich negatywne nastawienie zmniejszy się. Znikną kradzieże, przestępstwa i fałszerstwa. To, co początkowo wydaje się niemożliwe, za kilka lat stanie się rzeczywistością w naszej ojczyźnie.

Nie powinniśmy zwracać uwagi na absurdalne, fałszywe i błędne przekonania niektórych kochających pieniądze i bezwzględnych lekarzy, ponieważ nie tylko nie byli oni w stanie znaleźć najmniejszego środka zapobiegającego chorobom swoimi twierdzeniami, ale także swoimi niewłaściwymi działaniam

Machine Translated by Google

błędy spowodowały rozprzestrzenienie się tych chorób. Odpowiedzią na wszystkie te dyskusje jest jedynie ostateczny wynik pracy i działania. Jeśli wynik uzyskany w mojej rodzinie nie będzie dla nich wystarczający, a także wśród jedzących surową żywność, rozproszonych po innych krajach, jeśli otrzymam wystarczające udogodnienia i środki, jestem gotowy udowodnić i udowodnić prawdziwość mojego twierdzenia działaniem W krótkim okresie czasu.

Proszę, abyście cierpliwie czytali książki i zawiadomienia, które wam wysłałem w języku angielskim.

„Do obecności największego wybawiciela ludzkości od biedy i chorób:

Jestem emerytowanym oficerem Armii Cesarskiej, który przeszedł na emeryturę z osiemnastoletnim i trzymiesięcznym stażem pracy z powodu nadmiernej otyłości w roku 1344 (perski kalendarz słoneczny) zgodnie z decyzją Rady Lekarskiej Armii zgodnie z aktami mojego poważnych chorób, które zaaranżowano. Zanim na jakiś czas odeszłam na emeryturę, aby leczyć moją otyłość, do której przytyłam około 125 kg, przepisano mi tabletki na odchudzanie takie jak Metrical i brałam je, w wyniku czego moja waga osiągnęła 150 kg i stale rosła. Dopóki nie zostałem całkowicie pozbawiony sił do pracy. Potem przepisując witaminy, kebaby i inne produkty spożywcze też zachorowałem na astmę. Zdecydowano o przejściu na emeryturę, to znaczy bez świadczeń, czyli z niepełnym wynagrodzeniem. W tym czasie, gdy dokuczała mi astma, wysłano mnie na oddział alergologiczny szpitala nr 502 wojska i dali mi osiemnaście rodzajów zastrzyków w dłonie, a za każdym, który spuchł, mówiono, że jesteś uczulony na te rzeczy, oczywiście wszystkie spuchły, ale dwie lub trzy Rozpatrzyli je, gdy tylko petycja nie była pusta i powiedzieli, że jesteś na nie uczulony i powinieneś robić zastrzyki trzy razy w tygodniu; W rezultacie zachorowałam na astmę sercową i przepisując inne pigułki, takie jak Valium, syropy na piersi i śmiercionośne leki, cierpiałam na niewydolność nerek i silne bóle brzucha. Następnie moja waga wzrosła ze 160 Kg i ponownie biorąc przepisane przez lekarza mocne tabletki cortenu, z każdym dniem tyłam i nabawiłam się tzw. otyłości Courtney i znów zostałam wysłana na nosze

Machine Translated by Google

na oddział tego samego szpitala na wieczne leczenie! Po operacji przepukliny pępkowej lekarz powiedział mi, że wpompowałem do żołądka trzydzieści milionów jednostek penicyliny; Teraz rozumiem, że dzięki tej penicylinie osiągnąłem próg śmierci. W tym czasie moja córeczka cierpiała na reumatyzm serca i aż do 18 roku życia musiała co tydzień wstrzykiwać milion dwieście penicyliny (Penador). Z drugiej strony nóżki mojego synka były krzywe na boki i cierpiał na tzw. - zwane krzywicą. Moja żona, która boryka się z biedą i wieloma chorobami moimi i moich dzieci, złożyła skargę do sądu rodzinnego z prośbą o alimenty, a ja nie byłem w stanie płacić alimentów ze względu na niską pensję, rozwiodłem się z nią, co oznacza uratowanie jej z tego nędznego życia. Zostałam z pięciorgiem chorych i osieroconych dzieci. Kiedy codziennie chodziłam do lekarzy z książeczkami ubezpieczenia zdrowotnego, ich duża ilość była zapełniona i defraudowano dużą część mojej pensji w postaci wizyt, EKG i opłat za badania laboratoryjne. Straciłbym także część wynagrodzenia na rzecz franczyzy ubezpiec Dopóki księgowa w szkole mojego dziecka, która zauważyła moją sytuację, nie poleciła mi książki o surowym jedzeniu. Przeczytałem tę książkę z pełnym entuzjazmem, zaakceptowałem jej treść i razem z dziećmi zaczęliśmy jeść 100% surowego weganina. W ciągu kilku dni moja astma ustąpiła; Potem stan mojej córeczki stopniowo się poprawiał, nóżki mojego synka wyprostowały się i wróciłam do młodości. W ciągu sześciu miesięcy moja waga spadła z około 160 do 70 kg. Przez ten czas jedząc całkowicie na surowo odzyskałam życie i świeżość dziecka i przyrzekłam sobie, że nigdy nie dotknę śmiercionośnego jedzenia. Twojej książce zawdzięczam wybawienie z nieszczęścia."

Machine Translated by Google

Pan Akbar Tofangchi – nr 11, Khazaei Alley, dzielnica Arabians, Naser Khosrow St, Teheran.

Autorką tego listu jest kobieta, która przyjeżdża do Teheranu Raw Vegans club codziennie po pracy i pomaga nam w klubie, a czasem nawet nagrywa kilka filmów z prac klubu:

„Jak pokonałem raka dzięki surowemu weganizmowi:

Wkrótce będę obchodzić drugą rocznicę przejścia na dietę surową. Zaledwie dwa lata temu, kiedy mój ból nowotworowy nasilał się, zapoznałam się z książką o surowej żywności, która całkowicie zmieniła moje życie. Tak naprawdę ta książka uratowała mi życie.

Dnia 2533/2/21 (perski kalendarz cesarski) poczułam coś dziwnego w prawej piersi. Trochę zdenerwowany poszedłem do lekarza, ale prześwietlenie nie wykazało nic niezwykłego. Po dwóch miesiącach ból zaczął się i wkrótce nasilił. Rozpoczęły się wizyty u lekarzy w celu leczenia.

W dniu 25.06.25 za moją zgodą przeprowadzono operację; Kiedy odzyskałem przytomność, zauważyłem, że moja prawa pierś zniknęła, prawa ręka była zdrętwiała.

Mój nastrój nie zmienił się zbytnio aż do 25.35.15, kiedy poczułam ból w lewym udzie, poszłam do kilku lekarzy i po zrobieniu kilku zdjęć zdiagnozowali raka kości i zalecili mi

Machine Translated by Google

skomputeryzowany raport osteotomii od stóp do głów. Podczas kolejnej operacji, aby zapobiec postępowi choroby, usunięto mi także macicę i jajniki. Minęło czterdzieści dni... lekarze powiedzieli, że powinnam ponownie trafić do szpitala. Zdecydowałem się wyjechać za granicę i tam kontynuować leczenie. Pojechałem do Izraela; Po usunięciu mojej prawej piersi co trzy miesiące robili mi zdjęcia płuc i wątroby. Do mojego ciała dotarło dużo promieniowania. Leczyli mnie kobaltem przez czterdzieści sesji, w każdej sesji nakładali kobalt na jedną stronę na trzy minuty i na drugą stronę na trzy minuty.

W Izraelu znów zaczęto robić zdjęcia i prześwietlenia, robiono zdjęcia mojego wola, które operowałem wiele lat temu.

W końcu mój lekarz wyjaśnił mi cały proces i powiedział: „Za późno usunęli Ci klatkę piersiową, ta choroba atakuje trzy części ciała: płuca, wątrobę i kości. Masz zaawansowanego raka kości. Głowa kości udowej stała się tak cienka, że że zastanawiam się, jak się nie złamał, siedząc na krześle w samolocie?"

W Izraelu dali piętnaście sesji kobaltu. Wróciłem do Teheranu z walizką pełną zdjęć, listów, recept i instrukcji. Przez tydzień miałem chemioterapię w Teheranie i od siódmej rano do drugiej po południu posypano mi sól na głowę. Ponieważ zatrzymali hormony, moja masa ciała wzrosła z sześćdziesięciu ośmiu do osiemdziesięciu trzech kilogramów. Przepowiadali nawet, że wypadną mi włosy, zapuszczę brodę i wąsy. Któregoś dnia, kiedy chciałem zażyć kapsułkę, przeczytałem ulotkę i zobaczyłem, że było napisane, że ten lek ma aż dwanaście działań niepożądanych i być może śmierć; Ale wciąż żyłem, więc postanowiłem przestać się denerwować.

Dziesięć miesięcy później nastąpiła najważniejsza zmiana w moim życiu. Kiedy jeden z moich znajomych, który sam był sparaliżowany, powiedział mi, że po miesiącu przejścia na surową dietę wegańską poczuł się znacznie lepiej, ja też postanowiłam zostać surową weganką. Następnego dnia z chorym i zawiedzionym ciałem poszłam do klubu surowych wegan, aby poznać ich metodę odżywiania. Przez kilka dni jadłam pół surowe, pół ugotowane, zachęcano mnie coraz bardziej i w końcu zostałam

Machine Translated by Google

absolutnie surowy zjadacz. Jedząc na surowo przez pierwszy miesiąc, w moim organizmie wydarzył się cud. Włosy na brwiach, które całkowicie wypadły, zaczęły odrastać; Miałem więcej energii do chodzenia, poprawił mi się wzrok i poczułem, że odżyłem. Któregoś dnia spadłem ze schodów na marmurową podłogę centralnego urzędu ubezpieczeniowego; Miałem wrażenie, że będę sparaliżowany. Po tych dwóch miesiącach surowego jedzenia w moim ciele zaszło tak wiele zmian, że kiedy ponownie zrobili mi zdjęcia miednicy i nóg, lekarz powiedział: „Twoje kości są zdrowsze niż moje”. W moim ciele nie pozostał żaden ślad po tych głębokich ranach. Zachowałem wszystkie dokumenty i zdjęcia przed i po surowym jedzeniu. Dziś, po dwóch latach surowego weganizmu, całkowicie się zmieniłam. Nie brałam w tym czasi Moja prawa ręka, która po operacji była całkowicie zdrętwiała, wróciła do normy. Mój organizm, który po chemioterapii był pełen pryszczy pod skórą i odczuwał silny ból, wyzdrowiał, a pryszcze zniknęły. W tym czasie schudłam dwadzieścia kilogramów. Teraz pracuję osiem godzin dziennie i bardzo aktywnie spędzam czas wolny. Mam nadzieję, że w nowym życiu spędzę czas szczęśliwie i zdrowo.”

Maryam Neshan BarJan, urodzona 25 lipca 1931 r. w Teheranie

Machine Translated by Google

***

Te i tysiące innych listów otrzymanych od osób jedzących surówkę różnych narodowości z całego świata dowodzą, że ci pacjenci, którzy zaprzestają używania narkotyków i gotowanej żywności, natychmiast i niezmiennie zostają raz na zawsze wyleczeni z wszelkich chorób.

Wydawana w Erewaniu, stolicy Armenii, gazeta „AVANGUARD" pisze w jednym ze swoich numerów (1964, nr 98): „Wielu inżynierów, muzyków i malarzy, wszyscy
którzy są ludźmi uczonymi, stali się zjadaczami surowego mięsa. Zapewniają, że czują się tak lekko i zdrowo, że nie pocą się i nie czują kołatania serca."

W moskiewskim czasopiśmie „NAUKA I ŻYCIE" wyznaje
w numerze z marca 1965 roku podaje, że wśród czytelników jest wielu osób jedzących surówkę, które zostały wyleczone z różnych chorób i poinformowały redaktorów o wszystkich szczegółach ich powrotu do zdrowia.

W tych okolicznościach nie można zrozumieć, dlaczego biolodzy i inne odpowiedzialne władze nie podejmują aktywnych działań w celu wdrożenia zasad surowego odżywiania. Dlaczego się wahają, skoro znaleziono sposób na osiągnięcie ostatecznego celu, jakim jest uwolnienie ludzkości od chorób i zapewnienie wszystkim szczęśliwego życia? Jeśli zechcą, będą w stanie wyleczyć każdego chorego w ciągu dwóch miesięcy i opróżnić szpitale ze swoich pacjentów. Obowiązkiem każdego szlachetnego człowieka jest zapytać go, czy chce osiągnąć ten cel, czy nie.

Uroczyście oświadczam całemu światu, że OD DZIŚ PRZEPISYWANIE TRUJĄCYCH LEKÓW I ZALECANIE GOTOWANEJ ŻYWNOŚCI NALEŻY UWAŻAĆ ZA NAJBARDZIEJ BEZDRODZE ZBRODNIE PRZECIWKO LUDZKOŚCI, PONIEWAŻ TO CZYNNIKI, KTÓRE

POWODUJĄ WSZYSTKIE LUDZKIE CHOROBY.

***

Machine Translated by Google

Piękny 7-letni biały piesek Jackie mieszka z nami od pierwszego w życiu jako surowy weganin.

Teraz można łatwo udowodnić, że jedzenie mięsa jest nienaturalne nawet dla innych zwierząt, a u nas nie ma prawdziwych mięsożerców. Jackie od urodzenia jest przyzwyczajona do jedzenia, które jemy. Większość jego pożywienia składa się z pszenicy, daktyli, rodzynek, pistacji, sałatek i różnych owoców, a wszystko to w żywej (surowej) postaci, ponieważ w naszym domu nie ma ani grama martwego jedzenia. Ten pies z wielką chęcią zjada nawet cebulę i rzodkiewkę.
Kiedy zabieramy go za miasto, pasie się jak baranek na zielonych łąkach. W porównaniu do innych psów, ten pies jest wyjątkowo zdrowy, świeży i pełen energii. Jeśli chcemy przyzwyczaić młode lwy, lamparty i wilki do jedzenia roślin takich jak ten pies, to po kilku pokoleniach całkowicie porzucą swoją dzikość, uspokoją się i będą mogły żyć razem z innymi zwierzętami, np. krowami. Wręcz przeciwnie, nigdy nie uda nam się przyzwyczaić krów do jedzenia mięsa.

Czego należy unikać?

Suszone owoce poddane obróbce siarką lub ostrą wodą lub z innymi chemikaliami nie powinien być spożywany, ponieważ nie ma wartości odżywczych, a jest jedynie substancją trującą, tak że nawet robaki się do niej nie zbliżają. Nie należy spożywać oliwy z oliwek, która została przefiltrowana środkami chemicznymi i nie ma naturalnego koloru, zapachu i smaku

Machine Translated by Google

i stracił swoje wartości odżywcze. Solone oliwki, ogórki kiszone i pikle przygotowane z dodatkiem soli lub octu nie są uważane za żywność żywą i naturalną. Również ocet, wino i inne artykuły spożywcze, które powróciły ze swojego pierwotnego i naturalnego stanu, nie mają wartości odżywczej. Sól jest również przygotowywana w sposób, który podgrzewa i jest szkodliwy, poza tym, że potrzebna organizmowi sól występuje w owocach i warzywach. Do mycia owoców i warzyw nie używaj nadmanganianu ani innych środków dezynfekcyjnych.

Unikaj gorących pomieszczeń, gorących ubrań i brudnego powietrza. Nie używaj mydła ani szamponu, zawierają one substancje chemiczne szkodliwe dla skóry i organizmu; Weź prysznic tak wcześnie, jak to możliwe.

Surowi weganie nie jedzą nienaturalnych, gotowanych, mięsnych i tłustych potraw być bardzo spragnionym; Nie pochłania bezwartościowych kalorii, które należy ugasić zimną wodą, nie poci się, aby wypełnić swoje miejsce wodą. Ponadto naturalna żywność ma wystarczającą ilość wody. Natura stworzyła naturalną żywność w taki sposób, że latem jest pełna wody, a zimą uboga w wodę. Kiedy osoba jedząca surówkę jest spragniona, gasi je, jedząc ogórka lub pomidora, albo szklankę soku owocowego, albo czystą wodę źródlaną. W tym celu oraz w celu dodania wody do kompotu itp. każda żywa istota powinna codziennie przygotowywać jedną lub dwie szklanki wody źródlanej. W zasadzie żywy zjadacz nie powinien dopuszczać do swojego organizmu żadnych substancji chemicznych ani toksycznych, nawet jeśli są to bardzo małe ilości; chodzi o to, że nie powinien pić wody z kranu. Ta woda zawiera chlor i fluor i niezależnie od tego, jak mało ich jest, ponieważ ma moc zabijania drobnoustrojów, ma również moc uszkadzania komórek ludzkiego ciała. Komórki ludzkie są również wrażliwe jak drobnoustroje, również szybko się zatruwają i zawodzą, na całym świecie słychać ostrą krytykę tej niewłaściwej praktyki. Niektórzy nie doceniają tego zatrucia, biorą tę wodę z kranu, dodają do niej nowe chemikalia i trucizny, nadają jej różne kolory i nazywają ją napojami bezalkoholowymi.

Raz w miesiącu przynosimy kilka dzbanów wody z pobliskiego źródła Vanak w Teheranie i korzystamy z niej. Istnieje ogromna różnica pomiędzy smakiem i zapachem wody źródlanej i wody z kranu.

Opryski i nawozy chemiczne to jedno z niemądrych działań „cywilizowanych” ludzi tej epoki. Chciwi ludzie zatruwają ziemię

Machine Translated by Google

nawozami chemicznymi i sztucznie zwiększać ilość produktu, obniżając jego jakość; opryskują dojrzałe owoce i warzywa i natychmiast je sprzedają ludziom. Później sam lekarz, który wynalazł ten oprysk, widzi złe skutki swojej pracy i zamiast ją przerwać, zabrania jedzenia owoców i warzyw.

Teraz, gdy sytuacja jest taka, ludzie nie powinni wykorzystywać krzywdy opryskiwania jako wymówkę i gotowania owoców i warzyw. Bo jeśli opryskiwanie niszczy wartość produktu np. o 10%, to gotowanie niszczy wartość o 100%, a jednocześnie w martwym jedzeniu wytwarza znacznie więcej trucizny niż opryskiwanie. Ludzie powinni dobrze myć tę zatrutą żywność i jednocześnie walczyć z tą nieludzką praktyką. Teraz podnoszą się głosy ludzi z całego świata. Tworzą stowarzyszenia, drukują czasopisma, otwierają specjalne sklepy, sanatoria i pensjonaty, aby karmić ludzi żywnością wyprodukowaną bez chemicznych nawozów i pestycydów. Niektórzy z moich zagranicznych zwolenników kupują dla siebie ziemię, aby mieć prywatny ogród i zaspokajać swoje potrzeby owocowo-warzywne bez nawozów chemicznych i żyć w prawdziwej wolności.

Przygoda Teherańskiego Stowarzyszenia RawVegans Postanowiłem

przetłumaczyć i opublikować moją książkę w języku francuskim, niemieckim, hiszpańskim i arabskim, a także robić książki z bardzo interesujących liter i rozszerzyć moją globalną działalność, ale przyjaciele i miłośnicy surowego jedzenia nalegali na założenie klubu w Teheranie . Razem z kilkoma założycielami zebraliśmy pewną sumę pieniędzy, przygotowaliśmy statut i rozpoczęliśmy pracę. Oddałem bezpłatnie klubowi moje dwa duże pokoje na parterze domu z wodą, prądem i telefonem i spędziłem dwa i pół roku na zarządzaniu klubem i surową wegańską restauracją. Zbierałem członków wiernych mojej filozofii i konstytucji naszej wspólnoty, którzy byli aktywni, pomagali, organizowali przyjacielskie spotkania, opowiadali o efektach, jakie osiągnęli dzięki jedzeniu na surowo, zbierali prezenty, żartowali jak wielka rodzina i w ten sposób w ten sposób zebraliśmy około 900 członków.

Rok po utworzeniu grupy pan Javad Ramezani
który był poważnie chory, a lekarze rozcięli mu brzuch i

Machine Translated by Google

dwunastnicy i zrobił zmiany w żołądku, przyszedł do klubu umierając (zgodnie z tym, co powiedział) i został członkiem, stał się zjadaczem surówki i został uratowany od śmierci. Bardzo zainteresował się działalnością gminy i został wybrany na członka zarządu. Niestety, nigdy nie był w stanie zrozumieć głębokiej i prostej filozofii surowego weganizmu. Czasami mawiał: „Moja myśl nie dotarła jeszcze do umysłu Aterchowa, może kiedyś tam dotrze". Czekałem na te dni od lat, ale na próżno. Pan Ramezani powiedział: „Aterhov nie powinien atakować lekarzy i nauk medycznych oraz potępiać ich niewłaściwych działań". Ale ja nie miałem takiego zdania i chciałem powiedzieć ludziom prawdę.

Kiedy działalność klubu stała się nieco pomyślniejsza, opróżniłem pierwsze piętro mojego domu, dołożyłem do poprzednich pokoi jedną trzecią czynszu oferowanego przez pośredników i przekazałem je klubowi (połowa domu należy do mojego żona. Od swojej połowy nie dostaję czynszu). Na własny koszt otworzyłem specjalne drzwi na ulicę i wybudowałem piwnicę o pojemności 30 metrów sześciennych do przechowywania, członkowie gminy nie odbywali regularnych spotkań, spośród części aktywnych członków powołaliśmy zarząd i aby aby udowodnić panu Ramezani, że nie ma racji w swoich poglądach, pozwoliłem mu samemu wybrać zarząd. Wybrał dr. Mohammada Kaara (profesora Uniwersytetu Medycznego w Teheranie) na Przewodniczącego Rady Dyrektorów. Lekarz ten napisał książkę pod tytułem „Surowy wegetarianizm" pełną absurdalnych i pozbawionych sensu formuł laboratoryjnych i marnował czas słuchaczy bezwartościowymi wykładami. Wkrótce wywołał w klubie zamieszanie, że zgodnie z art. 29 statutu klubu musieliśmy go wydalić z członkostwa. Pojechał z kilkoma podobnie myślącymi ludźmi, zainwestował i otworzył klub o nazwie „Scientific Raw Vegetarianism" na Minis St, każda osoba straciła 40 lub 50 tysięcy tomanów i go zamknął, niektórzy też żałowali swojej pracy i wrócili do naszego klubu. Pan Ramezani nie wyciągnął wniosków ze swojego złego postępowania, wręcz przeciwnie, zamiast jednego lekarza, przyprowadził do klubu dwóch lub trzech innych lekarzy, aby wygłosili przemówienie.

Gdyby zaakceptowali moje słowa, które napisałem wiele lat temu w książce Raw-Eating, większość ludzi, którzy zmarli w ostatnich latach, żyłaby teraz. Na przykład dr Iqbal, szef systemu medycznego,

Machine Translated by Google

który wydał mnie sądowi na karę, ale on sam został ukarany w prawdziwym życiu i umarł. Na szczęście sąd oddalił skargę systemu opieki zdrowotnej jako bezpodstawną i wydał wyrok na moją korzyść. System medyczny twierdził, że ingeruję w „naukę" medyczną, ale nie mam z tym nic wspólnego, po prostu pokazuję drogę natury i ta właściwa droga zapewni ludziom zdrowie i wyleczy ich, w wyniku czego Droga dochodowa lekarzy jest zablokowana, ale żaden biznesmen nie lubi, gdy jego biznes dochodowy zostaje zniszczony! W książce „Raw-Eating", w której interpretowana jest filozofia surowej żywności i pod kierunkiem tej książki tworzy się społeczeństwo surowych wegan, wspomina się o kilku podstawowych punktach, które dowodzą błędności i szkodliwości nauk medycznych.

W dużym stopniu polegam na przepływie pracy w tym stowarzyszeniu i klubie, ponieważ tak właśnie jest aby udowodnić, jak przez sześć lat marnowałem cały swój czas, trzymałem się z daleka od globalnej działalności, ciężko pracowałem i wydawałem pieniądze, ale wszystkie te wysiłki poszły na marne, ponieważ kilku oszustów zabrało społeczność, klub i restaurację z całym majątkiem i meble ode mnie i rzeczywistych członków społeczności i przekazałem je przeciwnikom. Pan Javad Ramezani, okrutny i kochający pieniądze bogaty biznesmen; Nie rozumiał głębokiego sensu bardzo prostej i doskonałej filozofii surowego weganizmu, wbrew mojemu przekonaniu sądził, że dzięki nauce szybciej dotrze do celu. Tak bardzo wierzył w swoje zdanie i był na tyle pewny siebie, że postanowił zrobić coś, aby mnie wyrzucić z klubu i postawić się na moim miejscu, a swoją naukową filozofię na miejscu prawa natury. Zamiast książki o surowym jedzeniu postawili książkę doktora Majdiego „Jedz i bądź piękna" i przy pomocy lekarzy przejmują klub. Aby osiągnąć ten niebezpieczny cel, musiał posłużyć się setkami naruszeń, łamania prawa, kłamstw, gróźb, przymusu, inscenizacji itp. Najpierw próbował odsunąć od siebie Mohammada Rezę Mahtabiego i Manouchehra Safarzadeha (dwóch członków zarządu) .

Pan Mahtabi, 28-letni inżynier rolnictwa, który dzięki surowej żywności przeżył ciężką chorobę nerek, przez kilka miesięcy pomagał w naprawie klubu. Był utalentowanym młodym człowiekiem, który z dumą wykonał całą instalację elektryczną, hydraulikę, malowanie i stolarkę klubu przy pomocy

Machine Translated by Google

Panie Safarzadeh. Następnie przez sześć miesięcy zarządzał całym klubem i restauracją. Studiował przygotowywanie surowych sałatek i napisał książkę zatytułowaną „Surowe potrawy wegańskie, jedyne pożywienie człowieka”. Pan Mahtabi chciał założyć spółkę rolniczą dla towarzystwa, ale jego plan pozostał niedokończony, ponieważ nie znaleziono odpowiedniej ziemi; Pan Mahtabi nie jest zbyt zamożny i gdybyśmy dali mu niewielką pensję na zarządzanie klubem i go zatrzymali, nasz klub nie byłby w tak opłakanej sytuacji, ale pan Ramezani był tak prześladowany, że uciekł od nas i powiedział swoim przyjaciołom: „Pójdę, zjem ugotowane i umrę”. I on zrobił to samo. Pojechał do Khorramshahr, dostał pracę w banku Keshavarzi, wyprowadził się z domu, przyjaciół i ludzi, został sam, gotował, w wyniku czego choroba nerek pojawiła się ponownie i go zabiła.

Pan Manouchehr Saffarzadeh ciężko pracował dla klubu i pomagał, ale ponieważ najlepiej rozumiał głęboką filozofię surowego weganizmu i zawsze jej bronił, stało się tak dlatego, że pan Ramezani traktował go w ten sposób jak wroga. Zarząd został rozproszony. Pan Safarzadeh udał się do Shiraz, a pan Abulfazl Sadarat udał się do Jahrom, panie. Ramezani i pan Kayhani zostali, pan Abulfazl Kayhani nie jest ważną osobą, jest krewnym pana Ramezaniego i jego wiernym przyjacielem. W tym czasie trzy lub cztery razy podróżowałem za granicę, surowi weganie zapraszają mnie na cały świat, chcą mnie widzieć i czasami do nich chodzę. W takich sytuacjach pan Ramezani widział, że pole jest puste i rozpoczął swoją dyktaturę. Mamy konstytucję sporządzoną przez doświadczonych prawników, którzy wszystko przewidzieli i wzmocnili moją władzę, aby zapobiec takim naruszeniom; Ale pan Ramezani nie zna prawa. Dla niego jego pragnienia są prawem.

Zgodnie z artykułami 18, 21 i 29 pan Ramezani i pan. Kayhani zostali legalnie wydaleni ze społeczności, a każdy ruch, jaki podjęli przeciwko mnie, był nielegalny i przymusowy. Gdybym chciał, mógłbym na czas wykorzystać swoją władzę, usunąć ich i przejąć zarządzanie stowarzyszeniem, ale choć może się to wydawać dziwne, szczególnie interesowałem się panem Ramezanim ze względu na jego aktywnego i dynamicznego ducha, zwłaszcza że działał i pomagał stowarzyszeniu. Zorganizował seminarium w swoim ogrodzie. Nie chciałam go denerwować; Zawsze czekałam, aż zrozumie swój błąd i wróci do na

Machine Translated by Google

Może kpił ze mnie i uważał się za mądrego, ponieważ akceptuje nauki medyczne, ale ja nie. Powiedział: „W walce należy używać wszelkich środków i planów”. Pan Ramezani wyznaczył jednego ze swoich przyjaciół i kolegów z klasy, pana Mostaana, na księgowego, który pobiera wszystkie pieniądze zebrane ze sprzedaży restauracji, biura i członkostwa bankowi i przelewa je na osobiste konto pana Ramezaniego. Co pan Ramezani robi z tymi pieniędzmi? Nikt nie wie i nikomu nie odpowiada. Pan Ramezani złożył pieczęć; W niedziele i wtorki w godzinach 16:00-20:00 oraz w czwartki w godzinach 13:00-15:00 wykłady i pacjenci byli bezpłatnie badani przez lekarzy i dietetyków. Przykleja tę pieczęć na ulotkach, które wydrukowałem na własny koszt, bo pan Ramezani nie wydaje pieniędzy na reklamę. System medyczny skarżył się, że ingeruję w pracę medyczną, a teraz robi to pan Ramezani.

Zaczęli na jakiś czas akupunkturę w klubie; Kobiety, dzieci, starzy i młodzi, siedzą pod ścianą z igłami wbitymi w uszy, nos, usta, czoło, dłonie i kolana jak milczące posągi! Czekali, aż choroba wyskoczy z czubka igły i ich uratuje!

Jakich zabawnych scen nie tworzy niewiedza gotowanych ludzi? Doktor Nawab wygłosił przemówienie za pośrednictwem głośnika klubu i oznajmił, że nie zgadza się z opinią Hovannessiana. Bardzo dobrze, panie Nawab, jeśli nie zgadza się pan z moją filozofią, to co pan robi w tym klubie? Na świecie są miliony ludzi, którzy sprzeciwiają się filozofii surowego weganizmu. Czy oni wszyscy mają prawo wejść do naszego własnego klubu i wypowiadać się przeciwko nam? Kiedy wydałem zawiadomienie o tym rozwoju, aby poinformować członków, rozgniewało to pana Ramezaniego; Zmienił zamek w drzwiach od podwórza, które sam odkopałem i zasadziłem kwiatami, tak że nie mogę wejść na podwórze i podlać ogródka; Drzwi do mojego biura są zamknięte i musiałem otworzyć nowe drzwi do mojego biura z korytarza. Drzwi wejściowe do klubu od strony korytarza również są zamknięte od tyłu.

Nadszedł czas na wybór nowego zarządu. zapytał pan Ramezani kilka osób do przygotowania zaproszeń. Zaproszenia zostały napisane i umieszczone w kopertach. Pan Ramezani zabrał te koperty do swojego domu, aby je ostemplować i wysłać, ale ani jedna z nich nie została wysłana, więc nikt

Machine Translated by Google

członków zgromadzenia wiedziało o wyborze nowego zarządu. W tych dniach pan Ramezani zebrał wszystkie dokumenty członków i zabrał je do swojego domu. Nakazał panu Mostaanowi nie przyjmować nikogo na członka. To wielka zbrodnia. Ktoś zapytał pana Ramezaniego, czy pewien pan chce zostać członkiem, dlaczego się nie zgodziliście? A on odpowiedział: „Nie podobał mi się jego wygląd”. Żaden dyktator na świecie nie jest skłonny udzielić tak niegrzecznej odpowiedzi. W swoim domu pan Ramezani zaprosił na zgromadzenie przyjaciół, znajomych, sąsiadów, krewnych i inne osoby i każdemu z nich wręczył kartę członkowską, aby mogli wejść do klubu i oddać na niego głos w dniu wyborów.

W wyznaczonym dniu wyborów do klubu wchodzi pan Ramezani z grupą fałszywych pretendentów do jedzenia surowego jedzenia i tekstem nowej konstytucji, z nową nazwą, z nowym centrum i z nową filozofią, którą pan Ramezani przyjął w swoim domu tylko jednym „tajnym” głosem . Przedstawił grupę lekarzy i innych osób, których sam wybrał w „tajnym” głosowaniu, i powiedział: „Kto się zgadza, niech podniesie rękę”. Kilku najemników podniosło ręce ze zdziwienia, a Mr. Ramezani ogłasza: „Zostało zatwierdzone”. Kilku prawdziwych członków klubu protestowało. Wszedłem do klubu ze swojego domu i oznajmiłem, że panu Ramezani'emu od dłuższego czasu odmawia się członkostwa we wspólnocie, w związku z czym nie ma on ani prawa głosowania, ani wybierania i bycia wybranym. Te wybory są nielegalne i fałszywe. Pan Ramezani zarejestrował te wybory i nie protestowaliśmy, ponieważ to nowe stowarzyszenie nie jest powiązane z naszym. To nowa wspólnota z nową nazwą, z nowym celem, z nową lokalizacją, z nową konstytucją, z nowymi księgami, z nowym założycielem i sekretarzem. Każdy może wybrać dla siebie cel, zebrać wokół siebie kilka podobnie myślących osób, założyć stowarzyszenie i je zarejestrować; Ale w historii nie widziano, aby nielegalna grupa wkroczyła do populacji swoich przeciwników, zorganizowała dla siebie fałszywe wybory, usunęła głównych założycieli wspólnoty i przejęła cały majątek pierwotnej ludności. To tak, jakby wróg oblegał miasto, kilku mieszkańców miasta otwiera bramę i przekazuje miasto wrogowi. Społeczeństwo odżywiające się na surowo sprzeciwia się niewłaściwemu działaniu lekarzy. Artykuł 17 Konstytucji mówi: „Prawdziwy surowy weganin nigdy

Machine Translated by Google

zachoruje i nie potrzebuje leczenia ani procedur."
Jeśli chodzi o wypadki i wypadki, szkolimy surowych wegańskich chirurgów, którzy będą operować bez antybiotyków, bez surowicy i bez białka zwierzęcego.

Mówią mi: „Dlaczego nie zgadzasz się z tymi surowymi lekarzami jedzą i rozmawiają o surowym jedzeniu?" To nieprawda. Doktor Majdi mówi ludziom: „Czasami można zjeść ugotowane, nie ma problemu". I sam je, dr Nawab uważa, że surowe jedzenie należy zaczynać stopniowo.
Z wyglądu i wyglądu doktora Rashtiego (jednego z nowych członków zarządu) można zrozumieć, że nie jest on surowym weganem. Ci lekarze uczynili z klubu surowej żywności centrum reklamy i gromadzą klientów do swojego biura, aby zyskać sławę. Dr Nawab został prezesem zarządu. Jaka będzie jego prezydentura? Tylko, że przez godzinę tygodniowo gada o białku i witaminach i to wszystko? Sprawami klubu powinien kierować prezydent.

Zastanawiam się, jak dr Majdi, dr Nawab, dr Rashti i inni radni członkowie wybrani przez pana Ramezaniego, niezależnie od tego, jak bardzo są przeciwni mojej filozofii, jak zgodzili się wziąć udział w tych fałszywych wyborach z tą haniebną inscenizacją i usunąć Hovannessiana, założyciela i stałego sekretarza stowarzyszenia? Zastąpili założycieli, wyrwali mi z rąk klub, który stworzyłem i zarządzałem przez sześć lat, i siłą przejęli klub z całym jego sprzętem i udogodnieniami. Nasze stowarzyszenie nie potrzebuje wykładów „naukowych". Kiedy przyjmiemy nakaz natury „nie jedz gotowanych rzeczy, nie jedz zwierząt, jedz surowe wegańskie jedzenie tyle, ile chcesz i co lubisz". Nie musimy słyszeć nic więcej.

Pan Ramezani wyobraża sobie siebie jako naukowca. Kiedy surowcy otaczają mnie i zadają pytania, do rozmowy włącza się pan Ramezani, który opowiada o glukozie i glukogenie. Któregoś dnia podczas kłótni pan Kayhani zaczął mnie przeklinać. Podniósł rękę i krzyknął pięć lub sześć razy: „Ormianin, Ormianin, Ormianin". Jakby ormiański był swego rodzaju przekleństwem! Jestem dumny z tego, że jestem Ormianinem i dumny z tego, że jestem Aryjczykiem i mieszkam w Persji. Ormianie nigdy nie byli źle traktowani przez perskich rodaków i zawsze cieszyli się ich szacunkiem. Tworzenie nienawiści między narodami jest jedną z najgorszych rzeczy. Podobny przypad

Machine Translated by Google

Pewnego dnia podczas posiedzenia zarządu podczas kłótni dr Kaar stracił na chwilę panowanie nad sobą i zaczął mi przysięgać, że w życiu słyszałem tylko z ust ludzi na ulicy. Siedziałem w milczeniu i ze zdumieniem obserwowałem, jak ten szanowany człowiek zatracił się i nie rozumiał, co mówi. Uderzył rękami w stół i powiedział: „Idź na górę i usiądź w swoim pokoju, tutaj jest nasz, nie twój". Ponieważ poprzednio żałował swojego zachowania i przytulił mnie, pocałował i przeprosił, wybaczyłam mu; Ale za drugim razem całkowicie przekroczyło granice. Musieliśmy go wydalić wraz z panem Azdanlou nie tylko z zarządu, ale także z członkostwa stowarzyszenia.

Aby mnie zdenerwować, pan Ramezani nie zapłacił mojego czynszu za pięć lat miesiące. Któregoś dnia wpadł do klubu jak szalony i kiedy zobaczył, jak rozmawiam z kilkoma osobami na temat surowego jedzenia, krzyknął: „Wynoś się stąd". Następnie rozkazał pracownikowi, którego właśnie zatrudnił: „Wyrzuć to". Ten pracownik również mnie popchnął i wyrzucił ze schodów prowadzących do drzwi wejściowych, upadłem na ziemię, uderzyłem głową w motocykl i doznałem obrażeń. Gdybym nie był zwolennikiem surowej żywności, dostałbym udaru. Poszliśmy na komisariat, a stamtąd do lekarza sądowego, ten pracownik chciał się uniewinnić i głośno powtarzał: „Aterhov mówi, że jeśli dotkniesz stołu, schudniesz". Tak wiele się nauczył, jedząc surowe mięso! Pan Ramezani również chciał pokazać śledczemu pewne dokumenty, ale śledczy je odepchnął. Z pewnością, pan.

Ramezani chciał pokazać swoją słynną konstytucję i udowodnić, że to on jest sekretarzem gminy, a ja jestem wichrzycielem. Co mógłbym tu zrobić? Przebaczyłem i wyszedłem; Czy to była ostatnia scena komedii czy tragedii? Nie wiem; Pan Ramezani powinien odpowiedzieć. Wielokrotnie groził mi, że zrobi coś, co zmusi mnie do ucieczki z Persji nago! Może to jego zwyczaj, bo mojemu światopoglądowi zawdzięcza swoje życie. To także rodzaj dziękczynienia. Kiedy go pytają: „Więc gdzie jest Aterhov?" Odpowiada: „Jest przeciwny nauce". Oświadczam, że wszelkie szkody w moim życiu i mieniu pochodzą od niego (lub tych samych agentów penetrujących).

Egoizm i niemądra uraza doprowadzają niektórych ludzi do tego, że moja książka telefoniczna zawiera nazwiska wszystkich członków

Machine Translated by Google

zostało zarejestrowanych, a w moim biurze zniknęły dwie teczki pełne korespondencji w języku angielskim (około tysiąca). Nie potrafię powiedzieć, czyim dziełem może być ten podły i niegodziwy czyn, ale wiem na tyle, że jest to dzieło osoby, która chce nawiązać kontakt ze zwolennikami surowego weganizmu i znęcać się nad nimi. Oczywiste jest, że osoba, która je ukradła, nie może ich używać publicznie. Ktokolwiek to zrobił, zrobił to z niewiedzy. Wybaczam i proszę, aby, jeśli poczuje w swoim sercu odrobinę człowieczeństwa, po tym jak zrozumie z nich znaczenie, przesłał mi te listy; bo te listy będą niezwykle ważne i cenne dla mnie i dla historii surowego weganizmu w przyszłości.

Teraz, kiedy nie chodzę do klubu, leczeni ludzie przychodzą na drugie piętro mojej willi, aby podziękować, uzyskać informacje i kupić książki. Stworzyliśmy społeczność, której filozofia jest zapisana w księdze surowej żywności. Każdy, kto nie akceptuje tej książki, nie może zostać członkiem tej społeczności. Lekarze, którzy chcą zostać członkami stowarzyszenia surowych wegan, powinni zamknąć swoje gabinety i nie wypisywać pacjentom recept ani trucizn, ale przecież są lekarzami i nie mogą całkowicie rezygnować ze swojej błędnej wiedzy, a jeśli to zrobią, to nie mają nic do powiedzenia robić i nie mieć nic do powiedzenia. W naszym klubie wykładają na temat witamin, białek i właściwości roślin. Te słowa to po prostu bzdury, mity, fantazje i zmyślenia. Na początku wykłady odbywały się trzy razy w tygodniu, później jeden dzień w tygodniu i tylko przez godzinę. Wkrótce ludziom znudzi się słuchanie tych słów i zabraknie im słów. Co będą dalej robić? Jak bardzo mogą oszukać ludzi?

Przecież jeśli pewnego dnia Ramezani pogłębi studia i zaakceptuje swoje błędy, porzuci nauki medyczne, powróci do natury i podda się prawom natury, jesteśmy otwarci na jego przyjęcie, a ja zignoruję trudy, jakie mnie spotkały; W etyce prawdziwych surowych wegan nie ma żadnej urazy, wybaczamy.

Raw-weganizm stoi wyżej
niż wszystkie rewolucje w historii

Machine Translated by Google

Pani Astrie z grupą surowo-wegańskich dzieci z sierocińca

Grupa dzieci na diecie surowo-wegańskiej z sierocińca Nancy Anna Zabler w Australii

Machine Translated by Google

Arszawir Ter Hovannessian

Machine Translated by Google

Przykład prawdziwego człowieka, inicjatora nowego świata bez chorób, biedy, głodu, wojen i morderstw, przykład kompletnego surowego weganina XX wieku, Anahit, XX w . roczna córka Aterhova, która nigdy nie zjadła ani kawałka gotowanego jedzenia, nigdy nie zażywała żadnych leków ani szczepionek.

Machine Translated by Google

15-letnia Anahit (kolorowe zdjęcie)

Machine Translated by Google

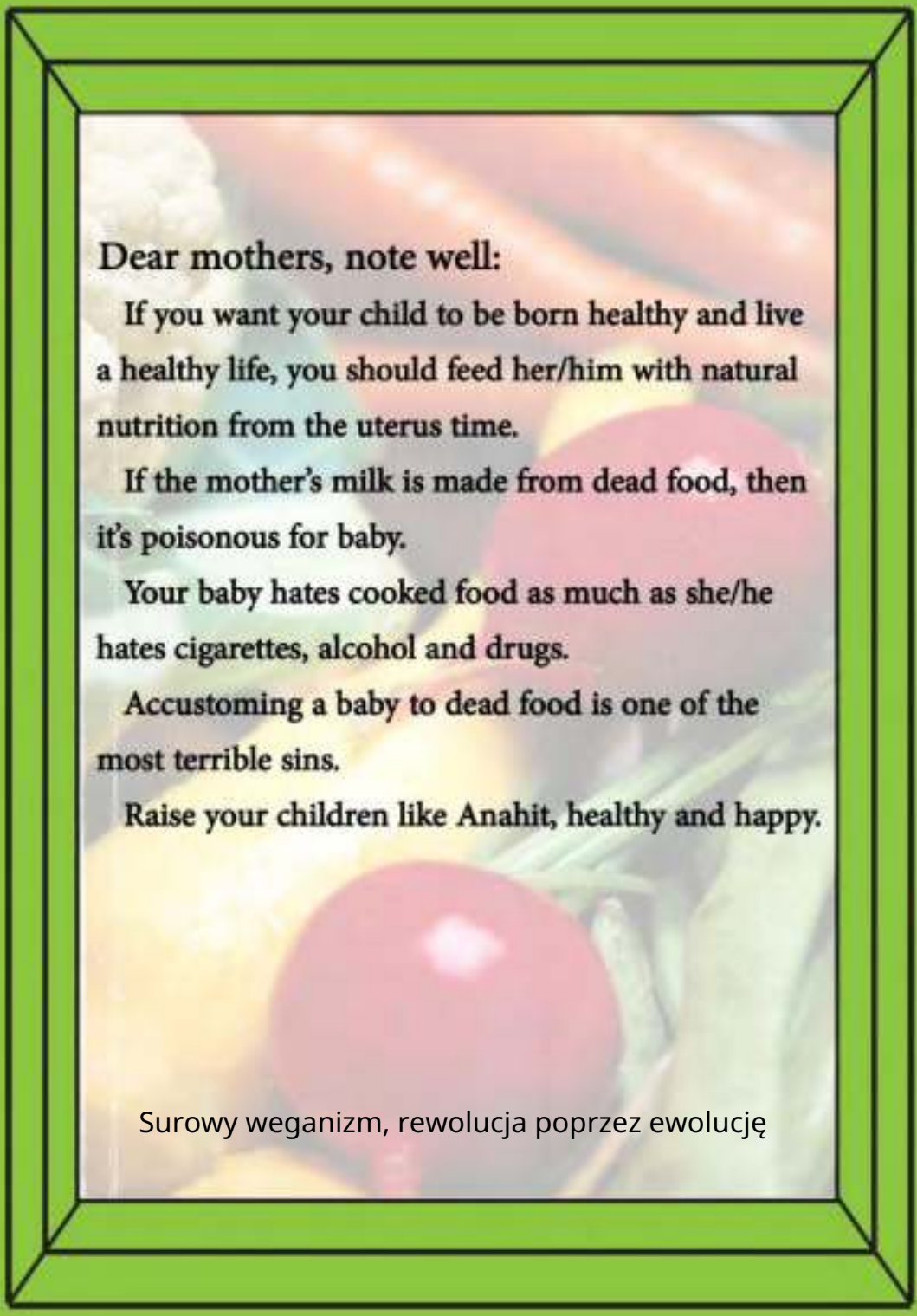
10-letnia Anahit (kolorowe zdjęcie)

Logo firmy Teheran Surowy-Społeczeństwo jedzenia

Podpis autora

Teheran – 1976

Arszawir Ter Hovannessian, Miasto Teheran, Karim Khan Blvd, Sanaei St, Sanaei SQ, nr 2.

Powiedz: 828878

Machine Translated by Google